目　录

生命科学与价值观

——台北大学演讲

『2013年11月29日』



赖贤宗教授:

尊敬的索达吉堪布、各位高僧大德、社会贤达以及台北

大学的同学们，大家好。今天很高兴能够请到来台讲学的喇荣五明佛学院的索达吉堪布。他是一位非常杰出的宗教家，学问很好。他的译作跟著作大概有 40 本，横跨各个领域，比如说佛法科学观、佛法价值观等等。堪布近年也很重视在各个大学讲学，比如大陆的北京大学、复旦大学等。这次堪布是应华梵大学、台湾大学、台湾师范大学、还有我们台北大学的联合邀请来台巡回讲学。

今天在台北大学三峡校区这边，索达吉堪布要为我们讲的是“生命科学与价值观”这样的一个题目。其实早在 2002 年，我就跟堪布仁波切结缘。当时在天主教的辅仁大学有一个国际研讨会，探讨宗教与科学的关系。辅仁大学与欧洲的鲁汶大学齐名，是全世界最好的天主教大学之一。他们召开了一个很盛大的国际研讨会，研究宗教与科学，并邀请我在佛学这一场中演讲。后来那篇演讲收录在我的《佛教诠释学》里面，并在台湾和北京出版。这里面我引用到索达吉堪布 1999 年在河南出版的《佛教科学论》中的内容。所以，我跟堪布神交已久，属于一种学术的心灵交往。今天能够见到本尊，我心里感觉到非常高兴，所以我应该算是堪布在台湾最早的粉丝之一，至少在学术上是这样的。

在西方来讲，佛教与科学是一个很重要的研究题目，也就是说，宗教跟科学，它们好像是有矛盾关系，但其实也不尽然。在西方的宗教传统底下，有很多学者都尝试去探讨宗教跟科学的辩证关系，这是西方大学里面的一个学术课题。

我很高兴能够与各位共同探讨生命科学与人类的价值观，我对这个话题很感兴趣。如同赖教授所说，我并不是今天才开始对这个领域感兴趣的，其实我在这方面花了大量的时间，对生命科学和人类的价值观有过长期的探索，我认为这两者之间需要融合。所以，当这边的教授提出这个主题时，我就开心地接受了，因为它和我平时的研究兴趣非常接近。

大家也许思考过生命的问题，也许从未思考过，无论如何，在 21 世纪，大家都很关心科学发展，同时也很关心自己的生活与价值观。大家在崇尚科学时会发现，所谓的最伟大的科学发明都是科学家用“心”创造的，这与佛教当中“万法由心生”“万法唯心造”的理念相同。

“人死如灯灭”的观念并不可取

生命到底是什么样的呢？从广义来说，动物、植物都有所谓的生命，但是我们所探讨的生命是人类或者动物的生命，并不包括植物或其他因缘所涵盖的生命概念。

我们来分析一下人的生命。有些人认为，人只有今生一次生命，而人死如灯灭，死亡之后就什么都没有了。建立在这个观点上的价值观如何呢？坦白地讲，很糟糕。如果我们

的一生相当于一棵树，那么当这棵树死亡的时候，人生也就结束了。而作为智商最高的物种，一个人能够活多少年呢?恐怕很少有人能活到百岁，因此我们每个人也只关注眼前几十年而已。在这种价值观下，我们在生活、研究工作中的贡献不一定会有很大的价值。这个问题非常值得在座中文系为主的老师和同学去探索。由于受到各种环境、生活方式以及从小受到的教育的影响，许多老师和大学生只关心眼前的生活，除此以外，对自己的人生并没有其他的追求。我觉得这样的心态还需要进一步观察。

心识是产生心识的直接原因

有些科学家认为，虽然目前技术还不够发达，但是，通过对人脑载体的研究，最终可以用电脑完全复制重现人的意识。还有些人认为，佛教中的开悟，可能是人脑的一种病变，或者是由于人脑的某种特殊性质引发的。对常年研究这些课题的人来讲，这些言论，一方面很可笑，另一方面也反映出他们并没有充分了解古今中外众多学者的发现。如果他们了解了这些知识，就会知道，虽然人脑与意识的产生之间有一部分关系，但并没有直接的关系。

首先，我们要搞清楚一点，人以及所有有情众生的心识

是一直延续的，这个结论很重要。佛教中有一种推理方法叫“前际无始，后际无终”。那这个推理是如何进行的呢？我们的心识与外在的物质是不相同的，产生心识的因就是心识本身，而产生心识的缘，有可能是身体，也可能是父母的不净种子等其他缘。这是非常严密的一种逻辑。以理推断的时候，我们会发现，今天的这颗心既不是依靠身体产生的，也不是依靠体外的地水火风四大元素产生的。那这颗心究竟是从何而来呢？其实，我们今天的这颗心是由昨晚的心产生，而昨晚的心是由前天的心产生。如果一直这样追溯下去会是什么结果呢？我们会发现，刚出生时，胎儿的心应该由中阴、前世的心产生。心有一种延续性，这就是心的力量。

因为科学家们还没有发现心的延续性，所以他们经常会说，人所有的一切意识都是在大脑中产生的。但其实科学界自身对此也有不同的看法与证据。比如，西方有一位科学家叫约翰·罗伯(John Lorber)，他在为一名学生做医学检查时惊奇地发现这名学生没有大脑，但是成绩却非常优异。后来，他召集了数百人进行脑部检查，这些人智力正常，生活学习与常人无异，唯一不同的是，他们的头都比较小。检查结果表明，很多人都没有大脑。这个研究在《Science》（科学）杂

志里面讲得非常清楚[1]。后来罗伯教授在进一步的研究过程中确认，有一部分人完全没有脑的成分，有的则是脑成分非常非常的小。最终，他一共发现了数百位无脑者，而这些无脑者的生活完全正常，这是科学史上一个非常惊人的发现。

佛教观点是可以被科学验证的

科学研究应该是公正的。在研究过程当中，你一定要思考科学发现的究竟意义到底是什么。在平时的生活当中，大家恐怕对这些领域接触得比较少，因此有些人认为，人来到这个世界以后，就是顺其自然地活着，死了就死了，之后什么事情也不会再有了。如果真是这样的话，那人的一生与一棵树的一生没有差别，最后会干枯；或者是和一朵花一样，最后会凋谢；又或者像一栋房子，迟早会倒塌。欧洲的一些建筑已经存在了好几百年，这样看来，一个人的生命连一栋房子都不如。但实际上，生命并非如此。

我们无需去苦苦寻觅生命的奥秘，其实东方的佛教中对此有非常细致的描述，而科学正好可以去验证这些描述。现代人喜欢用科学来验证佛教，其实按理来讲，佛教并不需要

[1] 本文发表在 1980 年 12 月的《科学》杂志，原题为：Is your brain really necessary?

科学来验证，但因为人们逐渐迷失了自己的方向，失去了德智，因此，科学验证才变得有必要。而当佛教被验证之后，我们要承认心识的存在。

心识的存在非常合理。心识和身体完全不同，并非一体。有些人可能认为，这个会不会与信仰有关，是不是人们编造的？产生这种想法的人可能比较固执己见、不愿承认真理，只相信自己认为正确的事情。日常生活中，有些人经常凭自己感觉而走，如果自己觉得某件事不合理，就肯定不承认。但是也有一些人比较公正，起初认为不合理的事情，经过自己的思考之后，逐渐承认，趋入正道。我刚才提到的，我们的心识跟身体是不相同的，我希望各位对这个问题再三思索、研究。

前几日有一则新闻报道称，有一位叫罗伯特·兰札(Robert Lanza)[2] 的科学家提出了一个观点称作“生物中心论(Biocentrism)”。他经过多年的研究后发现，人死了之后并不是一切都消失，而死亡也并不像无神论、唯物论或者其他宗教所说的那么简单。

---

[2] 罗伯特·兰札：干细胞科学研究领军人物，被《时代周刊》评选为 2014 最具影响力百位人物之一。

回忆不起来，不代表前世不存在

我对人们所提出的一些论点进行过对比，我发现其实人们并没有任何充分、确凿的理由论证前生后世不存在，只不过是很多人不相信、不愿提及而已。如果我们可以陈述出前生后世存在的依据，而不能找出不存在的理由，那说明前生后世实际上是成立的。

当然，不可能每一个人都清清楚楚记得自己的前世情况，但如果因为现在记不清楚就不承认其存在的话，恐怕并不合理。例如，我们对小时候，或者胎儿时的情况也记不清楚，但不能因为现在记不起来，就认为小时候，或者胎儿阶段不存在。又比如，当家里老人说，你是哭着来到这个世界的时候，你不能因为自己想不起来就不承认。

佛陀说众生入胎时有一种胎障，一旦入胎之后，除了有极特殊因缘的人，自己根本没办法想起前世的情景。这样的胎障每个人都具足。所以，我们必须要承认心识的存在。

曾经获得过诺贝尔物理学奖的汉斯 •贝德(Hans Bethe)非常赞叹数学家约翰・冯・纽曼博士(Dr. John Von Neumann)。纽曼博士认为，人除了身体以外，还有一个精神的延续存在，

这种精神的延续存在直接影响到人的身体。此外，1963 年获得诺贝尔物理奖的尤金·威格纳博士(Dr. Eugeme Wignor)在评论纽曼博士的观点时，也完全赞同人的生命，除了身体以外还有延续不断、不灭而存在的一种东西。这些信息在网上都能查得到，希望你们能对相关的观点多关注。如果我们的价值观建立在短暂的人生之上，只关注眼前几十年的话，目光比较短浅，非常可惜，而且也不合理。恰恰因为我们现在还不懂这样的道理，所以我希望大家能好好地去学习一下这方面的内容，尤其是前生后世方面。



我们依靠业力，在轮回中不断流转

因为我们今天的主题是生命科学，所以我想着重讲一下生命的轮回。实际上，在座的各位在轮回当中流转了无数世才来到今天、来到这个世界。如果我们还继续不断地造善业或者恶业，依靠这种业力，我们还会不断地在轮回当中流转。

其实轮回的故事非常惊人。我们佛学院有一位慈诚罗珠堪布，我翻译过他写的一本书叫《前世今生论》。台湾的喇荣三乘法林中心也印过这本书。这个书不但讲了传统佛教当中前世后世存在的道理，还引用了很多现代的科学依据，对生命的科学观有着非常详细的阐释。现在这本书好像叫做《轮回的故事》，在台湾有繁体版本。台湾有些年轻人看不懂简体字，而大陆有些年轻人则看不懂繁体字，所以这本书在台湾用繁体字出版比较合适。

仅仅通过今天这一堂课，我们不一定能马上了悟前世今生的意义，因为它的道理十分甚深，就好像非专业人士去学习物理学，或者量子力学中一些很深奥的道理一样，即使你再努力去思维，也不可能在短短时间内懂得它的原理。不过虽然道理甚深，但我们还是需要去研究。

一个回忆前世的案例

我以前看过一部很有意思的纪录片叫《前世今生 – 轮回的故事》，我推荐大家在方便的时候看一下。这部纪录片中提到了三位能回忆起前世的孩子，一个是斯里兰卡的，两个是美国的，其中斯里兰卡的这个案例更有说服力。

斯里兰卡案例中的主人公叫狄露西，是一个女孩子。她三年当中一直对家里人说自己前世的种种情况，这使得她的父母很苦恼。她的母亲认为，虽然自己对狄露西很好，但是她却没有把自己当作母亲，好像是自己没有尽到母亲的责任一样。狄露西的父亲也很生气，于是制止狄露西，不准她再提起前世的事情。但是狄露西并没有把她当时的家当作自己真正的家，并一直讲前世的一些事情。

由于狄露西把一些前世的情况说得十分清楚，包括她前世的父母亲叫什么，家里有多少人，她又是如何去世的等等。最后，她的家人实在没有办法，于是就去狄露西经常提到的那个地方去寻找线索。他们去请教了一所寺院里的长老，但长老也不知道当地是否有这样的情况。后来，这位长老介绍了一位新闻记者给他们，并将狄露西的事情刊登在了报纸上。过了一段时间后，这件事情在当地传得沸沸扬扬，大家都很

好奇这件事究竟是真是假。虽然斯里兰卡是个佛教国家，与其他地方相比，更加容易接受轮回的观点，但这件事情依然引起了一些争议。当时恰好有一家人，在报纸上看到了狄露西的故事，发现狄露西的描述与他们家几年前去世的一个女孩子的情况一模一样，于是他们就给狄露西家写了一封信，要求见一下狄露西。

狄露西一家大概要乘车六七个小时才能到达那里，但是在接近这个城市的时候，她就已经认出了所有的路标，甚至为司机指路，应该在哪里转弯，应该走哪一条路等，亲自将人们带到了她前世所在的家，而且她对前世父母家里的很多东西都记得清清楚楚。

当时还有一位冰岛大学的科学家，叫做海若森。他刚开始不相信轮回，觉得轮回不可能存在，但经过几年的研究调查后，了解到狄露西的故事，并进行了跟踪调查。最后，他确认狄露西故事确实属实，没有任何捏造的内容。从这个案例来看，轮回确实是真实存在的。

在座的各位不一定能想得起前世，但我还是希望大家能看一看这个故事。也许你们对故事的内容并不相信，而我今天到这里来，也并不是要强迫大家一定要建立起轮回观，更

不是强制给大家洗脑，不相信也是可以的。但是各位在看过这样的纪录片后，可能会对以前的观念产生一些疑问，比如，究竟有没有轮回？如果有的话，我前世到底是什么样的？我死了以后又会经历什么？

一个人是否容易接受轮回的观点，这与他的家庭背景有着非常直接的关系。有些人从小接受过一些熏陶，现在非常容易就接受轮回的观点。但有的人从小没有任何熏陶，现在接受起来非常困难，不相信轮回的存在。如果通过这些书籍、纪录片，在自己心里产生一些疑问，也是可以的。虽然自己以前不相信今生来世，认为这是一种谬论、是错误的观念，但从此以后，自己不但关心今生，更要关心来世，因为来世是漫长的。

高尚的价值观存在于承认轮回、深信因果

今生活得再久也就是这么几十年，如果真的有来世，那我们就要做一些善事，否则，来世要承受今生所造的种种业，非常可怜。有些人问我，为什么我在高校里经常讲业因果和前世今生？因为我觉得业因果的观念在人生价值观当中非常重要。为什么呢？现代人，尤其是年轻人当中，高尚的价值观的根本就是承认前世今生并深信业因果。如果一个人承

认前世今生，也相信业因果的话，多多少少都会行善断恶，心里会有一种约束，对恶行也会有一种恐惧感和警惕感。

如果不相信前世今生或业因果，那即使表面上学佛、信仰宗教，表现得十分善良，但他的见解仍然值得思考。所以，相信前世今生和业因果非常关键。当然，用佛教中的依据来印证的话，业因果完全讲得通，对深信前世今生和业因果的佛教徒来说，这也根本不用印证。而对于一些不相信的人，他们可能会寻求科学的手段，用科学去印证前世今生和业因果，这也是完全可以的。

一个业因果的案例

美国曾经有一位有特异功能的人叫凯西。他的特异功能是什么呢？他能知道很多人前世的情况，也知道一些人的疑难杂症的病因。他通过一些忏悔的手段，或者通过为病人讲授一些心灵知识来治疗病症。当时凯西的事情在美国非常轰动，有些人说他的特异功能是假的，但有些人说他真的可以说出很多他不可能知道的事情，所以他的特异功能应该是真的。

哈佛大学当时有一位心理学家叫孟斯特堡。他一开始十

分排斥所谓的特异功能，认为凯西的事情肯定是骗人的，世间不可能有这样的事情。后来他想去了解一下凯西所谓的特异功能，然后揭穿它，把它的真相告诉世人。但是在了解后，孟斯特堡完全被凯西的能力折服了。他发现，原来事情并不是像他原来所想象的那样是个骗局，里面还是有一些非常神秘的科学现象存在的。

凯西发现，人们在即生中所得的一些疑难杂症，其实是业力引起的。业力的作用像“回旋镖”。回旋镖是一种武器，扔出去之后，自己会再飞回来。业力也有这样的一种“回旋镖”的作用。我们经常说“这是业力现前”，这种说法确实是对的。为什么呢？因为我们对其他人所做的任何事情，最后的作用力还是落到自己身上。比如说，我现在杀人，但是最后杀人的行为会慢慢旋转到自己身上，自己受这种痛苦。

一个典型的案例是凯西的一位女性病人，她从小就有皮肤过敏的症状，不管吃什么、用什么，都会引发皮肤病。凯西和孟斯特堡经过很长时间的观察，最后发现这位患者的前世制造了一些化学物品，这些化学物品让很多人皮肤过敏，而通过业力的作用，自己今生感受皮肤病的痛苦。在长时间的交流后，孟斯特堡最后也完全承认，所谓的业力确实存在，而且它的作用可以通过“回旋镖”来说明。

我们应该承认“善有善报，恶有恶报”，或者说“种瓜得瓜，种豆得豆”“种善得善，种恶得恶”。这是一个非常奇妙的事情。为什么这么讲呢？因为每个人所造的业不相同的缘故，即使是一家人，长相会各有不同，快乐和痛苦也不相同，即使是亲兄弟、亲姐妹，甚至双胞胎，在成长过程中，父母给予他们同样的照料关爱，但是长大之后，每个人的乐受和苦受也完全不相同。再比如，同一位老师的学生，他们的成绩和将来的去向也完全不相同。



大乘菩提心是值得提倡的高尚价值观

我们想要提升自己的价值观，需要从根本上着手，如果没有从根本着手，只是空喊一个美好的口号，恐怕自己的人生不一定会有很大变化。人活在这个世界上，不但要懂得业因果的关系，更要懂得前世今生的轮回，在此基础上，我们多做善事，多做利益众生的事情。

佛教当中有一个专门的名词，叫大乘菩提心。大乘菩提心有一种忘我、利他的精神，可以说将自己的一切都付诸他人，只要是能帮助到他人，就要尽力去做。实际上，这种大乘菩提心在任何一所大学当中都是值得提倡的精神，在任何一种知识领域当中也都值得学习，否则，我们在学校里面所接受的只是自私自利的心，为了自我而发展、为了自我而创业。当然，为了自我去创业、去发展也很好，这是一种勇气，但是如果过分强调的话，到了一定的时候，我们的家庭、社会，乃至国家和全世界会变成什么样呢？完全没有利他想法的心态是非常糟糕的。

我们的日常生活中应该有一种为人类、为众生而生存的精神。曾经有人问伟大的哲学家亚里士多德，你跟普通人之间，有什么差别？亚里士多德说，普通人活着是为了吃饭，

而我吃饭是为了活着。普通人赚钱是出于什么目的呢？就是为了活着，为了生存。生存又是为了什么呢？就是为吃饭。而真正有学问、有知识的人，即使自己在生活、饮食上条件稍微差一些也没关系，他们都不会过于挑剔。人来到这个世界上，就是要做一点有意义的事情，我们不但要懂得科学知识，更要懂得生命最奥秘、最甚深之处，否则，人的生命会过于简单。表面上看来，我们现在发明了很多科技产品，本来依靠这些发明，可以让人们生活得更加便捷轻松，可是当科学越来越发达，越来越多的机器被创造出来的时候，我们却感觉越来越忙了。比如，有了手机之后，本来可以依靠它交往更多的朋友，应该越来越快乐，但实际上我们变得越来越孤独，因为大家都忽视了身边的人。本来我们依靠现在的诸多便利途径能做很多事情，但当科学越来越发达的时候，我们所做的违背心中道德的事情越多。有一位科学家也说，当科学越来越发达的时候，人的心中可能越来越痛苦。这是为什么呢？因为，我们欲望越大时，追求的事物会越遥远。这是值得深思的。

因此，我的价值观就是，人活在这个世界，不仅是为自己而活，最好还能多多少少为身边的人和其他众生做一点有意义的事情。

台北大学问答

『2013年11月29日』

（一）**问**：佛教经典当中有没有提到关于同性恋方面的问题？

答：从世间的伦理道德来讲，不同的国家、民族、地区对同性恋有着不同的看法和解读。佛教中有没有提到这种情况呢？实际上佛教经典对此早有提及。两千五百多年前，佛陀已经告诉了我们，人类当中会出现这种情况，所以佛教徒并不觉得这很稀有，它是我们经常可以遇到的。因为众生的业和烦恼不同，所以同性恋这种现象会得以存在。

哪些佛教经典提及同性恋呢？首先是《毗奈耶经》。佛陀在《毗奈耶经》里面讲，由于众生的业不同，有些人喜欢同性，有些是年轻人喜欢老人，还有老年人喜欢年轻人，等等，这方面讲了很多很多。在日常生活当中，我们一般认为老年人喜欢年轻人是正常，但有没有年轻人喜欢老年人呢？也是

有的。现在的新闻报道中，这种现象非常多。

此外,《正法念处经》里也直接讲到了同性关系。这说明，这种关系的的确确是存在的。

现在各个国家的人，对这个问题有不同的说法，作为佛教的观点来讲，这是一种常见现象，但人们在不同的环境和习俗下，对此有不同的态度。有些西方国家，刚开始对此非常保守，禁止同性关系，但后来也开放了，比如纽约，大家应该非常清楚。

（二）问：我们要用怎样的眼光来看待死亡这个问题?

答：死亡对很多人来讲，都比较陌生。我遇到的一些同学，根本不敢提，也不想提死亡。他们觉得，死就死吧，现在不要提，我愿意活着。但实际上，即便你愿意活着，也不可能不死，最终一定是会面临死亡的。接近死亡的时候，自己特别害怕，家人去世的时候也不敢面对。其实不应该这样。

佛教当中对死亡的看法是快乐的、正面的，因为提前有了准备和训练。人活着的时候要知道，有一天我会离开这个

世界。但是，我们该以什么样的心态来离开这个世界呢？离开以后，心识依靠业风飘荡，“心路”历程又该如何面对？

其实，这是有一定规训的。我特别希望人们，尤其是在年轻的时候，要多多地思考死亡，比如，我死的时候怎么办？我大概什么时候会死？这在佛教里面叫“人生无常”。无常好像是一个不吉祥的词，很多人说，这是消极的，我还是愿意过着幸福的生活，不愿意提什么无常、出离心、轮回。有些甚至说，这只是为了让害怕死亡的人得到一些安慰而已。但实际上不是这样。

人来到这个世界，最后总会死的，但死亡的窍诀，的确也只有修行人才有。很多来自乡村的佛教徒，知识有限，甚至可能连字也不认识，但他们死的时候很安然，在任何状态下，都死得没有恐惧感。而往往一辈子搞科学研究的人，或者一辈子当大学老师的人，有成千上万个学生，桃李满天下，但对死亡却不敢提及，最后自己在恐惧、痛苦中去世，这种现象比比皆是。

因此我们年轻的时候，应该要想一想：我最后离开这个世界的时候，希望心能随着善业而去，这对来世是很重要的。就像有些人说，今天重要，但明天对我更重要。

我们每个人都应该有这样一种修行。为什么索甲仁波切的《西藏生死书》非常畅销？因为这本书以现代人的口吻和想法，把莲花生大士对中阴、对死亡的这些窍诀讲得比较透彻，所以很多人通过学习，明白了其实人生的终点是需要考虑的，而并不是说，人生短短几十年，完了就完了。否则，人来到这个世界，如果只是这样一个过程，恐怕是太短了。



（三）**问**：我是台北大学中国文学系硕士班三年级的研究生。我想问，佛陀经典当中的西方极乐世界究竟存在不存在？

答：从究竟证悟心性的层面来讲，所有清净刹土都是心的一种妙用。包括现在我们身处的娑婆世界，也可以说是心的一种幻象，没有任何不清净。《维摩诘经》中有一段梵天跟舍利子之间的对话。当时梵天知道整个娑婆世界都是清净的，而舍利子却看不到。最后通过佛陀加持，舍利子才发现，原来娑婆世界的确非常清净。这是佛教中一种很高的见解，看过《维摩诘经》会知道这一点。

在究竟实相中，极乐世界没有什么可承认的。但是一般来讲，众生通过清净业力，具足往生净土的四因之后，是可以往生极乐世界的。汉地和藏地都有很多这方面的案例。

西方极乐世界用肉眼看不到，如何才能确定它的存在呢？首先，要依靠推理来判定佛的语言没有欺惑。有了这个基础，佛陀宣讲的《阿弥陀经》《观经》《无量寿经》——净土三经中对极乐世界的描述就可以成立。

你们方便时最好看看净土三经。藏文中还有一部《极乐世界功德庄严经》，是《阿弥陀经》的广经，此经对极乐世界也有特别详细的描述。

（四）**问**：我是台北大学社会工作学系二年级的学生。该如何理解“涅槃”或“功德”这些佛教的名相？梁武帝曾经问达摩祖师，我造佛寺有没有功德？达摩祖师说，没有功德。可是日常生活中又有很多人会跟你说，这样做有好大好大的功德。这该如何看待呢？

答：第一个问题讲涅槃。涅槃的涵义有几种。《现观庄严论》讲到，涅槃包括有余涅槃、无余涅槃、自性涅槃、清净涅槃这四种法。这里有些说“有”、有些说“无”，实际上，在南传佛教里面讲有余涅槃。什么叫有余涅槃呢？佛陀在世的时候，有些阿罗汉已经获得了成就，所有的烦恼都没有了，但是他的身体跟常人一样，全部都存在，这叫做有余涅槃。有些经典里面讲无余涅槃，无余涅槃的时候，色、受、想、行、识这五蕴都已经消殒了，整个身体都没有了。什么是自性涅槃呢？自性涅槃就是说，万法的本体是空、光明、不空、不明，一切都是远离四边八戏的。清净涅槃就是讲我们的如来藏。这四种涅槃，是从不同层面来理解的。

所谓的涅槃，实际上是梵语，也有人将“涅槃”翻译为“泥洹”。《涅槃经》中，它有一种寂灭的意思；涅槃也有圆寂的意思，比如说，这个上师涅槃了、佛涅槃了，他离开了世间，就叫涅槃；有些时候我们说轮回和涅槃，轮回和成佛，

成佛也叫涅槃；轮涅所摄的一切法，这个涅槃指的是清净法。所以，涅槃有很多不同的理解，没有懂的话，恐怕有些问题不是很明白。

第二个问题是关于功德。达摩祖师来到汉地的时候，当时梁武帝觉得自己造寺院很有功德，就在他面前炫耀。达摩祖师说，你这样造寺院没有功德。梁武帝很不高兴。但达摩祖师为什么这么讲呢?

所谓的功德有两种，一种是世俗的福德功德，一种是胜义的智慧功德。我们讲福慧双运，也就是福德资粮和智慧资粮并重。在明心见性的层面来讲，修庙、磕头、做善事不算什么功德，因为它有一种造作。现在很多人喜欢捐钱、化缘、做功德，这相对于更高层面的闻思修行来讲，不算真正的佛教，也不算真正的功德。但从低一点的层面来讲，它是不是功德呢？是功德。所以在不同层面，有不同的定义。

上面提过福德资粮和智慧资粮，从智慧资粮的层面来讲，造庙和修寺等功德微小，不能成为佛果之因，只是一种人天福报。所以，对微小的事情我们通常习惯否定它，就像把胆子小的人称为“没胆子”一样。但实际上，也并不是完全没有。

（五）问：我是中文系三年级的，以前听某位老师的佛概课，他说人的本质是孤独。我们该怎么面对人孤独的本质？

答：每一个人都是孤零零地来到这个世界。凡夫在佛教中有另一个名字，叫“异生”，就是指没有任何外界帮忙，只依靠自己来到这个世界。《无量寿经》里讲：“人在世间，爱欲之中，独生独死，独去独来。”所有人来到这个世界时，是一个人，离开这个世界时，也是一个人。表面上我们有家人有朋友，但实际上，每个人都是独立的——见解是独立的，行为是独立的，思想是独立的。只不过暂时跟一些人“合作”，成立了家庭，但从来也没有离开过孤独。

按照佛教的观点，每个众生确实很孤独，业力没办法转移给他人，也没办法委托别人来承受。但即便如此，我们也应该去帮助身边的人，这是一种勇敢。

（六）问：我曾在佛经上看到一个故事：一个人想出家，当时阿罗汉们用神通看了无数世，发现他根本没有善根。但他还是一直吵着要出家。后来佛陀亲自用神通观察，说这个人在久远以前曾当过樵夫，一次他被老虎逼到树上时，念过一句“南无佛”。以这个善根，他可以出家。

甚至有些佛经说，一阐提也有佛性。一阐提指没有佛性的人，他们为什么又有佛性，可以成佛呢？这种善根又从何而来？

答：故事中的那个想出家的人，叫华杰施主，也有翻译为福增。他一百岁时想出家，正如你所说，阿罗汉不让，因为没发现他有善根。结果佛陀发现了，同意他出家，他获得了阿罗汉果位。所以，与佛的智慧比起来，阿罗汉的智慧是有限的。正由于智慧有限，阿罗汉没有通达一切万法的真相，佛的智慧被称为正量[3]。

此外，一阐提是梵语，指断了善根、永远不能成佛的人。究竟有没有这种人呢？据不了义的说法，是有。但了义来讲，如弥勒菩萨在《经庄严论》中说，彻底断了善根的人是不存在的，只不过他的善根暂时没有成熟而已。打个比方，有些佛教徒特别想帮自己的家人，但无论怎么努力，对方根本不接受，还生邪见、诽谤，非常非常严重。表面上看来，家人完全没有佛缘，没有善根，但实际上只是他的因缘还不成熟。

因此，从佛教的究竟观点来讲，完全断了善根或没有如

[3] 正量：量是梵语意译，标准、规格之义。正量即世人所谓的颠扑不破、放之四海皆准的真理。

来藏的众生，是不存在的。《经庄严论》相关注疏中，有特别明确的说明。但因为他的善根非常低劣，几乎可以忽略不计，所以暂时称为断了善根。

（七）**问**：现在有很多的附佛外道，他们会吸收会员，却不教他们佛语，也不教他们读佛经，只是让他们相信他们有“明师”而已。如果我们身边有亲朋好友被这种附佛外道吸收，我们要怎么看待？要怎么样帮助他们呢？

答：不管是“明师”，还是其他什么人，如果不让系统地学习佛经论典，都不是很好的。

我们佛教徒也存在一些问题。有些人只是对上师特别特别恭敬，但是对上师所传的法，对取舍因果方面的道理不懂。光想依靠一个上师来接引的话，是非常困难的。有些人把自己所有的希望都寄托在上师身上，“我要死的时候上师您一定要把我拽着，您不能把我放弃。”“我来世解脱的希望就是您老人家。”

佛陀怎么讲的呢？佛陀说：“我给你指示解脱道，但解脱依赖于你自己。”佛陀为大家宣说了三世因果的取舍方法，然

后我们按照这个去做，行持善法可以解脱，而行持恶法不得解脱。这是非常关键的。

我不太清楚这种“明师”是什么身份，但如果不让学习、不让正面地了解佛经意义，无论你打着什么样的旗号，对众生可能都没有利益。

我们佛教徒一定要系统地学习相关经典和论典。我看到很多人，虽然皈依、学佛很多年，但实际上，对于一些非常简单的道理，他们不但不懂，还越学越怀疑、越学越痛苦。这就说明，刚开始的道路选得有问题。

对于现在的年轻人，如果不想学佛，不想研究佛法，另当别论，我们也不强求，可以自由做决定。但是，如果真的想学习佛法，恐怕要依靠一些很善良的老师，然后自己去系统地学习佛教的相关资料。只有这样，路才不会走错。有时候我们的确需要依赖别人。虽然佛教里面讲“依法不依人”，但这并不是说完全不需要老师，或完全不需要善知识，并不是这个意思。但是如果你依靠的这个老师所讲的内容与佛法的教理相违，那么无论他有再大的名气、财产，这样的依赖关系也不过是自欺欺人，最后的结果恐怕对自他都毫无意义。

那该如何去帮助他们呢？要依靠各种灵活的善巧方便来逐渐引导。如果实在不行，那么你可能需要花更多的功夫，再进一步观察和思考。



（八）**问**：我是辅仁大学宗教学系一年级的硕士生。我们现在很多痛苦，都是因为放不下，请问堪布，如果我们濒临死亡，舍不得家人、舍不得世间的一切，又或者说因为失恋、或是跟人家吵架，放不下情绪，在这种情况下，我们要如何做才能放下？

答：禅宗经常讲“看破、放下、自在”，很多人都将此运用在生活当中，但是不能将这些用错。如果一开始，就将修

行、生活都放下，既不工作，也不成家，全是看破的话，是不行的。

很多人觉得“放下”这个词，很有禅味，很好。但实际上，你要去观察，要去善于使用。等你到了最高境界的时候，你会看破、会放下、会自在，但还没有达到那种境界前，也不要认为它是那么简单。

我们现在对“善有善报，恶有恶报”的理念不能看破放下，对家庭和社会的工作也不能看破放下。有些人学了佛以后，跟家人的关系变得不好，每天都跟家人争执不休，很痛苦。原因是什么呢？就是因为他全部看破了，放下了。其实这是不合理的。

如果你到了最高的境界，对在家生活、世间一切看破，然后出家的话，这是可以的。但还没有到这个境界之前，对生活的激情和勇猛面对生活的心不能放弃。

如果你以一刹那间的善念，放下整个生活的话，也许以后在修行中的违缘会越来越多。我经常讲，在家人学习佛法有两种责任，一种是家庭和工作的责任，另一种是研究和修行佛法的责任，这两个是相辅相成的。为了一个而放弃另一

个是不值得的，既不可以为了家庭和工作而放弃修行，也不能为了修行而放弃家庭和工作。这两个可不可以并行呢？应该是可以的。

（九）**问**：禅修好像是每天固定的、独立于生活之外的事。如何才能把日常的禅修变成为我们生活的一部分，让它变得跟呼吸、喝水一样呢？

答：现在有很多的工作禅、生活禅，让你在平时生活当中，可以放下繁杂的妄念，思考一下。但思考一下，并不等于你不去做事。乔布斯也是天天参禅打坐，但后来建立了苹果公司，改变了世界上很多人，而他的生活没有因此受到什么影响。日本的稻盛和夫，也是经常参禅，他通过参禅开发智慧，保持宁静的心态，最后对自己的企业、对世界都做出了很多贡献。

在座的各位有没有必要参禅呢？非常有必要。参禅有助于保持一种平静的心态。我们做任何一件事情，如果心不平静，就会很麻烦。在心态浮躁的情况下所做的事情，结果往往不妙。但如果心平静，去面对所做的一切时，往往会有好的结果。

现在很多年轻人，在遇到一些比较大的事情时，比如感情、工作、就业，心平静不下来，容易贸然做出选择，这是不明智的。年轻人的思想疏导非常重要，因此，我特别希望在座的老师们，不但要给学生多讲一点专业知识，更重要的是讲一讲怎样做人、怎样行善、怎样面对痛苦。

很多学生在面对困难的时候特别可怜。为什么呢？因为平时没有好好学习。有一位大学教授给我发了一个信息说，他班里只有五、六个学生，平时上课的时候，没人好好听，而一到考试就会作弊。他有一个学生，作弊时被抓到了，结果求老师让他把后面的内容抄完，不要制止他作弊。

这位老师是学佛的，有一点悲心，心有点软。他说，这个学生看起来很可怜，所以不忍心制止他。但平时不学习，考试作弊，作为一个老师，如果还支持这种行为的话，也很不好。

我倒并不认为作弊是个好事。说实在的，有些地方的学生，平时不好好学习，将来面对生活时会很痛苦。现在他们在学校里，总觉得以后工作应该很快乐，成立家庭很快乐，但并没有想到，工作、家庭的开始，就是痛苦的开始。你也许不赞同我的观点，坚持认为这一切很美好。但不说别的，

从家庭成立的那天开始，你有可能经常吵架。

昨天华梵大学的一个老师说，最好的两大辩论高手就是丈夫和妻子，他们是最善于辩论的。以前我讲因明时，有一个女士特别感谢我，说因明对她生活非常有益。以前跟丈夫吵架时，她经常辩不赢，因为丈夫毕业于法律系。学了因明之后，特别有口才，很多问题都不再是问题。（笑）

总之，大家现在无忧无虑的时候，需要学会如何面对痛苦，对未来的生活要有所准备。

（十）**问**：我在佛概课上学到一句话：明天跟死亡不知哪一个会先到，所以要把握时间，做好想要做的事情。您提到说，人活着要追求生命的奥秘，还要有正确的价值观。请问，在如今这个意见很多的社会里，该如何确定我的价值观是正确的？个人的价值观应该遵循大众标准，还是只需坚持自我就好？

答：选择一个正确的价值观，需要智慧。

“明天跟死亡不知哪一个会先到”，是藏传佛教当中非

常著名的一个修心教言。我也经常在想，今天会不会突然感受到死亡的讯息？我还能不能看到明天的太阳？

原来有一个身患重病的人说："明天的阳光也许照不到我的身上。除了我，其他众生还能接受到阳光沐浴，我也许没有机会了。"果然，他在当晚去世了。其实这句话，不仅仅会发生在他身上，也会发生在我们每个人身上。有些年轻人可能觉得自己不会死，但统计表明，年轻人死去的情况是很常见的。

因此，当我们思考自己的价值观时，应该先观察，死亡到底会不会突然发生在我的身上，或是我至爱的身上？如果会，那我该怎么样面对？来世究竟存不存在？如果不存在，或者即使存在也对我无利无害，那随心所欲怎么做都可以，但如果不是这样，就不能太盲目乐观，应该考虑一些问题了。

现在很多人从不想来世，甚至不敢提及。在藏地不是这样，很多人都会谈论这个问题。大家在聊天中经常会说，"哎哟，不能这么做，否则来世怎么办呢？"都已经养成习惯了。可是大城市里的多数人，只谈论眼前这几十年，怎么升官、怎么发财，等等，而这些是带不走的。

所以，价值观是否要改变，关键在于自己。如果你想改变，并不是非要通过接受宗教来达成。佛教讲真理，谁有真理就服从谁，而不会逼迫你一定要信这个、必须要做那个。有些人认为，佛教要求承认前世后世、承认善恶有报。其实这些不仅仅佛教承认，如果观察全人类的生命，都是沿着这一条路走的。因此，不要认为这只是佛教的说法，而应知道这是全人类都值得关心的问题——关心自己的现在，也关心自己的未来。

在座很多人是大学生、大学老师，从某种意义上讲，学问很高，偶尔也有一点小傲慢。但有时候你们需要反观一下，看自己对前世今生的认识，有没有达到一个“大学”水平。

（十一）**问**：最近有佛教人士人反对同性婚姻，但也有一些佛教人士赞成。还有位女法师，为一对女同志证婚，她觉得大家都是平等的。我想问仁波切，您觉得在这种事情上表态有意义吗？还是觉得不管怎么看，反正都是烦恼，没有什么好表态或不表态的？

答：每个人有各自不同的理念，而这些理念都有它存在的因缘。

关于同性婚姻，谁的观点合理，首先要看佛经是怎么讲的；其次，佛经虽然是这样讲的，但每一个地区、每一个国家都有不同的习俗，这些也要考虑在内。有些国家非常赞叹，而且要庆祝同性婚姻，有些国家则比较排斥，甚至有这种行为的会被判死刑。

（十二）问：一个人很生气地骂了我，我也很生气，这个时候，要如何阻止恶念的生起呢？

答：你看过寒山、拾得的传记没有？不论别人怎么样轻毁、辱骂，寒山就是不生气。别人揍他，他不生气，别人恨他，他也不生气。《妙法莲华经》中有一位常不轻菩萨，也有类似的故事。他常年遭受别人的辱骂、刁难，但从来都是随缘而去。

当我们在生活中遇到这种情况时，不生气确实有点难。但如果你学习过一些大乘佛法，比如像《入菩萨行论·安忍品》，遇到让你生气的对境时，虽然可能会有一点不舒服，但是不会生很大的嗔恨心。

学习大乘佛法有非常大的帮助。脾气特别不好的人，学

到一定的时候，心里依然会产生一些不满，但根本不会马上怒气冲天，以牙还牙。现在很多人来不及思考，别人一说他，他就马上开始针锋相对。其实这不太好。

对有智慧的人来讲，当别人指责你的时候，你应该稍微冷静一下，让心安静下来。你可以跟对方说："不要那么冲动，先停一停、慢慢来，骂我也需要技巧，不然伤你的身体。"别人特别生气的时候，你依然要关心他："先不要再说了，不然到时候心脏病犯了，要送你去医院的。希望你冷静下来，明天继续骂我也没问题。"到了明天，他可能不会再骂你的。

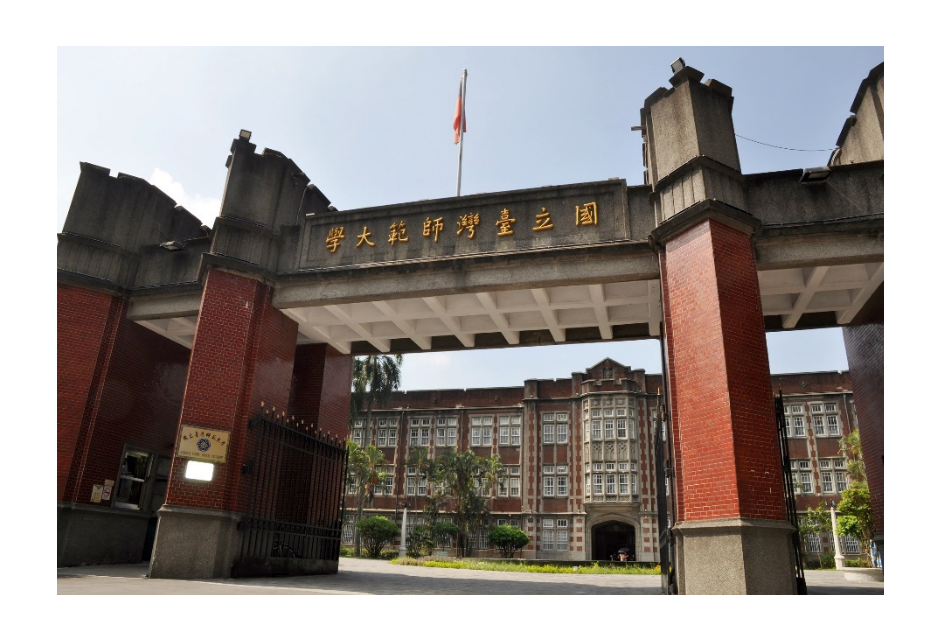
一个人产生嗔恨心的时候，其实他不在正常的状态。《入行论》里讲，别人骂你、打你，你不应该生气，为什么呢？因为对方是被烦恼控制着，也没有自由，如果要恨，就去恨他的烦恼；如果别人打你，你要恨，就去恨打你的棍棒等工具，不要恨这个人，他也是被烦恼驱使身不由己。

通过这种方式来训练心，应该不会特别生气。即使生气，也有控制力。

藏文化的特色

——台湾师范大学演讲

『2013 年 11 月 27 日』



主持人:

谢谢各位莅临台湾师大这个演讲会场。听说两天前，在

台大办第一场演讲爆满。今天很难得在师范大学也安排了一场。跟佛教能够有这样高层次的文化交流，是相当难得的机会。下面，我就把时间留给堪布来开示。

很高兴能够在台湾师范大学，和老师、同学们一起交流聊天。如今，有很多人想了解藏地的文化、佛教知识，因为人们已经把藏文化当作一种奢侈品，觉得非常神秘，也感觉到了它的一些魅力。所以，今天我应学校这边的要求来讲“藏文化的特色”。

前天在台湾大学，我说 18 年前来过台湾，其实当时记错了，18 年前去的是新加坡，而来台湾应该是 20、21 年前了。从那个时候起，我开始了解台湾。这里的信仰氛围相当好，也有很多藏传佛教中非常了不起的大德，比如敦珠仁波切、贝诺法王、多智钦仁波切等，他们在上世纪七八十年代开始在台湾弘法。在台湾的高等学校、政府机构以及其他行业中，人们对佛教的认识也领先其他地方，当时我对此十分佩服。到了台湾以后，我觉得这里的人很有福报，无论是小孩、知识分子或者老年人，很多人都把这种信仰当作人生中最重要的事情，我作为一个藏传佛教的普通僧人，发自内心

地随喜和欢喜。

相信大家对藏传佛教、对藏文化已经非常熟悉，因此我也无需细说。要细说的话，短短的时间恐怕也说不完，因为它包罗万象，丰富多彩，很难用简单的语言来描述。但我想还是有几个方面可以和大家分享一下。

藏文化是多元的

首先，藏文化是多元性的。它吸收了中国、尼泊尔、伊朗以及周边其他国家的文化，从研究文献中可以发现，藏文化所涉及的面非常广。现在这个世界上，存在很多的民族文化，对藏文化感兴趣的人可以走进西藏，从正面去了解它，了解它究竟是在什么样的历史条件和环境当中延续到了今天。而延续到今天之后，在科技如此发达的时代中，它又为何有着如此鲜活的生命力。

藏文化的多元性还体现在它的内容上。文化在藏语中是“热巴”，现在很多人翻译成“明”，其中包括大五明、小五明。大五明包括医学明（藏医学）、因明（逻辑学）、内明（佛学）、声明（语言、文字学）、工巧明（农业等）。小五明包括诗学、戏剧、天文学等等。实际上，藏文化涵盖了现在高等

学校中教授的很多学科。

藏文化既然如此丰富，那我们可以从自己感兴趣的方面着手了解。如果你对哲学有兴趣，就可以从因明学开始了解，因明学源自于印度的陈那、法称论师，一直传到藏地，从此以后非常兴盛；如果你想从艺术的角度来了解，则可以从唐卡或者诗歌入手，这些都非常有研究价值。

藏文化与佛教密不可分

许多人常把藏文化与“玄妙”联系在一起，觉得藏文化很神秘。不论在电影还是电视节目中，无声旋转的转经轮成为了藏文化的一种象征。大家觉得在这样的世界当中，有如此纯朴的民族，觉得藏族人生活得很宁静、优雅、舒服。但所有的藏族人都是快乐的吗？也不一定。按佛教的教义来讲，只要是凡夫众生所存在的地方，业和烦恼就不断地存在。在业和烦恼的支配下，有没有痛苦呢？有痛苦，不过面对痛苦的方法却有所差别，藏族人心里对痛苦的感受并不是那么强烈。

藏文化跟佛教文化完全是连在一起的，脱离佛法、佛教去研究藏文化，是非常困难的。无论你想研究藏文化中哪一

个知识，它都完全是跟佛教连在一起的。佛教已经融入了藏民族的日常生活。前一段时间，在新加坡国立大学，有一个同学问我，为什么你选择佛教作为宗教信仰。我回答说，我来到这个世界时，一睁开眼睛，就已经身处佛教的世界，没有其他的选择。我来到这个世界的时候是 1962 年，那个时候饥荒刚刚结束，而且正在改革，藏地很多寺院，包括佛教经历了特别大的动荡。虽然社会动荡不安，可是我身边的家人、邻居依然保持着自己的信仰和见解。在那样的年代里，虽然外面充斥着各种各样的声音，但不论是我自己，还是我身边的人都没有受到丝毫影响，没有做出诸如诽谤因果、摧毁佛教的事情。当时我邻居家里有许许多多关于信仰佛教的故事。有一些老出家人，当时不方便穿出家的衣服，于是就把出家的衣服偷偷穿在里面；平时供佛不方便，他们就把佛像藏在其他画像的后面，到了晚上再把佛像拿出来拜。我就是在这种环境当中慢慢长大的。

目前，在一些大城市里，有极个别的藏族人不信仰佛教，除此之外，基本上百分之九十九的藏族人都是信仰的，我没有接触过任何一个不信仰佛教的藏族人。有时候我看到一些特别时尚的年轻藏族人，心里觉得他肯定不是佛教徒，就故意问他是不是信仰佛教。他虽然不讲藏语，但还是表明自己

信仰佛教，因为爸爸妈妈都是佛教徒。他虽然有些佛教道理不会说，但内心还是有佛的。我也听说过极个别的藏族人，不但不信仰佛教，甚至对佛教有各种攻击。当然，这是自由的，但我并没有遇到过这样的人。

藏文化有强劲的生命力

藏文化有一种强劲的生命力。一个文化不但能影响到世界各国，吸引这么多人，还有如此坚强的生存力，这背后肯定有一种力量。它并不是画家描绘出来的一种栩栩如生，但并非真实的美画，也不是诗人用非常美丽动听的词语来赞美的一种虚幻文字，它是有一定因缘的。比如说，一棵柏树，春夏秋冬都是绿色的，因为它有一种“生长力”，有其生存的不共因缘。我自己也钻研过很多藏族的文化、历史等相关知识，同时也了解过其他民族的思想，包括汉地的儒教、道教以及诸子百家的各种学说。我发现，有些文化暂时可能存在，但最后也许会消失，而有些文化确实有着极其强大的吸引力，一直延续千年而不中断。今天大家就可以共同了解一下藏地的这种文化。

很多人到藏地，都会拍摄藏地的风土人情，但这只是藏文化的一部分而已，更重要的是它的精神文化。藏文化的精

神值得当今人们去探索，它对每个人都非常有利。

在我们的现实生活当中，尤其是在如今社会，人们的内心焦躁不安，虽然物质条件越来越富足，但我们的内心却越来越贫寒，越来越没有安全感，时时刻刻都感觉压力很大。我之前在一所学校里讲过，我们藏族人好像不知道什么是压力。不过虽然现在还不懂，以后可能慢慢也会懂。

前段时间，我在泰国有过一些见闻。因为一部叫《泰囧》的电影，泰国近期发展了很多产业。我 14 年前去泰国的时候，它是一个微笑的国家，非常好，很安静。但现在因为《泰囧》的原因，旅游的人越来越多了，虽然当地的经济有所提升，但人的心里却有了相当程度的烦恼。我非常担心会有一部叫《藏囧》的电影，到时候可能会有各种各样的人来藏地，最后藏族人的内心全部都被影响了。藏族是一个微笑的民族，藏族人生活很淳朴，心也很善良，大家都没有过多的要求，每天都很开心。因为人活在世界上，辛辛苦苦积累财产，实际上也是为了快乐，但并不是只有物质富足，才能体会快乐。

为什么藏文化有如此的生命力呢？我觉得在藏文化的背后，有一个比较特殊的力量，叫“人道十六条法则”。这是藏王松赞干布在一千三百多年前颁布的，既可以称为藏民族

的一种法律，也可以说是一种人道的规范法则。

我重新翻译了这十六条法则，今天一起学习一下，看看一千三百多年前藏族人的做人要求是什么样的，一千三百多年以后，用 21 世纪的目光来看，又有什么别样的感受，对古人的道德规范有什么样的想法。

美国很多高校，包括哈佛大学、哥伦比亚大学，也在研究藏地国王赤松德赞、莲花生大士还有空行母益西措嘉的生活。我去听过他们的课，他们作为西方人，以西方人的眼光来看这些大德以前的生活方式、文化背景以及面对痛苦的方法。老师一个一个故事讲，每位学生也会讲自己的感受，还是很有意思。所以我想，我们也来谈一谈对古人道德规范的感受。

藏地真正的风景在内心

松赞干布是第三十三代吐蕃王，他建立了大昭寺和小昭寺。他当时对藏民族的道德要求，我们可以跟今天对照一下。大家都喜欢去藏地，喜欢用照相机来拍藏地的风土人情，但相机不一定能拍到藏族人的内心。如果你们去藏地，不要只关注藏地的寺院和转经轮，更重要的是藏族人的内心世界。

他们的内心世界有什么呢？就是《大藏经》以及藏地高僧大德们所造的论典。

我看到台北师范大学有很多的喇嘛、堪布、格西在学习，这是很好的。他们学习其他民族的知识，你们也应该学习他们的甚深智慧。和他们在一起合个影也不错，但相机的像素再高，也无法拍出他们的内心。那他们的内心有什么呢？因为藏地的寺院跟学校是一体的，从小在那种佛教氛围中成长起来的人，即使不是圣者，心里也会充满令人宁静的知识。如果你们能看到这些，才是遇到了真正的藏文化、藏传佛教。

现在很多人特别著相，喜欢形象上的事物，比如喜欢拍摄藏地的歌舞。拍这些也可以，但最重要的是，要看一看藏族人内心是什么样子，他们为什么、又如何为今生来世的快乐做准备，他们如何面对痛苦？我在玉树地震后也去过灾区，那里的藏人在面对大灾难时，确确实实与其他地方的人很不同。他们在那种难以想象的痛苦中依然保持微笑，坦然地面对，这背后肯定有一定的原因。



“人道十六条法则”

松赞干布在藏地是家喻户晓的人物，但是我问过一些汉族人，他们虽然学习藏文化和藏传佛教很多年了，却没有听说过“人道十六条法则”，这一点非常可惜。于是，我今天突然萌生了这样一个念头，给大家做个简单的字面解释。

当时松赞干布要求藏族人按照《十善业道经》来行持十善[4]，此外，他又确定了“人道十六条法则”。虽然这些法则

[4] 十善业道，包括不杀生、不偷盗、不邪淫、不妄语、不两舌、不恶口、不绮语、不贪欲、不嗔恚、正见。

是古代藏王所定，但其他民族可不可以接受呢？对我们的生活有没有用呢？我们可以来思考一下。

第一条，敬信三宝。

首先讲到了信仰，要敬信、皈依三宝。实际上，当时藏地几乎百分之百是信仰佛教的。台湾是一个非常推崇佛教的地方。有报道说，台湾目前大概有 800 万佛教徒，但这是统计了的，如果算上一些没有统计的，总人数会更多。在我小的时候，藏地的人不需要像现在一样去皈依，因为大家从小就是佛教徒，更不需要去办理一个皈依证，签个字，再取一个法名。大家从小的信仰就是佛教。

信仰三宝非常的重要。如果你去学习其他宗教也没有什么不可以，但是如果你有智慧、各方面能力也具足的话，最好看看《大藏经》，看一看诸佛菩萨怎么样描述我们现在的这个世界、人生过去、现在以及死后的事。人并不像无神论所承认的那样，只存在于短暂的时间当中。现在这种邪说漫天，非常可怜。在这个世界当中，自己要有一个非常坚定的信仰，这是我们人生中最难得的事情。有些人说："我即生中最荣幸的事就是遇到了佛法，尤其是遇到了密法。"我自己也经常发自内心这样想。当然，你不一定与我或其他佛教徒的观点一

样，你没有信仰也可以，但是没有信仰的话，行为会没有底线，心里会没有寄托、归宿，到死的时候可能才会发现，没有任何信仰不一定是最好的选择。所以第一点，就是要求大家敬信、皈依三宝，这一点有非常大的利益。

年轻人一开始可能会认为信仰是老年人的行为，年轻人还没有到那个时候，不一定要有信仰。但是人生中有些有价值的东西，年轻的时候不一定看得准，现在觉得人生中最有意义的事情，老年回顾起来，可能会发现它根本不重要，而被自己忽略的东西可能更重要。

第二条，求修正法。

只皈依是还不行，一定还要对正法有希求。就像藏地的一些高僧大德，冒着生命的危险，排除万难去印度和其他地方依止善知识，精进修学，求修正法。

现在有些佛教徒，认为学佛只是办一个皈依、听一个灌顶、参加一个法会就可以了。其实这是不行的。真正的佛法，实际上在我们的书本里。什么是皈依？什么是发心？什么是度众生？什么是佛教的人生价值观？这些只有通过长期的研究和学习才能了解。否则，只是表面上有信心，碰到别人

说佛法不好，因为见解不坚定，内心就很容易改变。所以，大家一定要有藏地大德们求修正法的这种精神。

现在汉传佛教也有很多人开始闻思修行。其实闻思修行不仅是我们特别强调，老师和大学生们也可以用一种学术的眼光来进行研究，比如现在很多大学都通过禅学社、研究社、教研室等方式来闻思修行。

如果你是一个佛教徒，那你要真正系统地去学习。我听说现在很多仁波切讲中观、讲因明，这非常好。以前在台湾基本上没有听说过，而现在有些人在讲，这些内容就是藏传佛教真正的内在思想。如果你能跟着慢慢学，到一定的时候就会体会到，这对人生是多么重要。我们并不是口头上打广告，也没有必要，因为真理在任何一个时代，任何一个民族，任何一个地方，都会逐渐呈现出它的光芒。就像掩埋在地下的金子，空中依然能呈现出它金色的光芒，这就是真理的表现。因此，大家要“求修正法”，这一点很重要。

第三条，孝顺父母。

台湾这边的情况我不是特别清楚，但是在内地那边，由于很多家庭都是独生子女，很多年轻人对父母的关心都不够。

有些稍微孝顺一点的，就请个保姆在家里照顾父母，但自己一直在外面忙事业。有些人根本没有什么良心，不论自己是否有钱照顾父母，父母老了以后根本不管不问。父母老了之后，内心会变得特别脆弱，如果子女有一句话不妥当，他们就会伤心。藏族有一句俗话叫做“母心如水，子心如石”，母亲的心很脆弱，像水一样，而孩子的心像石头一样，非常坚硬。

虽然汉地以前提倡孝文化，比如说在《孝经》《弟子规》当中都提倡孝顺父母，可现在这个年代，很多人在学校里根本没有学到这方面的内容，因为学校只教授几何、物理等等，而这些知识在日常生活当中都用不上。父母根本不需要你所学习到的这些科学知识，他们更需要的是子女的孝顺。

藏地可能跟其他民族有一定的差别。在藏地，不管家庭条件好不好，子女在父母老的时候，一方面一定要让他们在去世前，快快乐乐、安安详详地度过晚年，基本上不让他们痛苦，同时也让他们好好地念念佛。父母的今世来世，藏地的子女都会考虑到。现在在藏地也存在极个别的不孝之子，这种情况任何地方都有，但整体而言，民间的生活当中，在孝文化上，恐怕很多民族确实比不上藏族。藏族人即使自己经济条件再差，工作再忙，也会把父母放在第一，这就是一

种孝文化。

第四条，尊重有德。

藏王松赞干布要求民众要尊敬德高望重、德才兼备的人。比如说，一个佛教徒的“戒、定、慧”三学非常好，或者一个世间人的智慧、德行等非常崇高，那我们要对他恭恭敬敬。除此之外的人，即使外在包装得再好，但内在没有任何的功德和学问的话，也不值得去推崇。所以，藏族人对德行、学问非常推崇。藏地有一句话，“哪怕明日就会死，今日也要学知识，即使今生用不上，到了来世也会像提取存款一样可以享用[5]”。所以，对任何一个有德之士，大家都非常尊重。

现在，人们可能更加推崇各种明星。当然，明星中有些关心民生，也是很有德行的。但有些明星，只负责吃喝玩乐，或者把皮肤弄得比较特殊点，他的粉丝就特别特别多，大家都特别推崇这个。但是，即使大家都追随明星，会不会每个人都变成明星呢？也很难说。可能根本不会唱歌的人，特别喜欢歌星；根本不会跳舞的人，特别喜欢舞星；根本不会演电影的人，特别喜欢演影星，为了这些明星，他们可以付出

[5] 《格言宝藏论》云：即使明早要死亡，亦应学习诸知识，今生虽不成智者，来世如自取储存。

一切，甚至是生命。现在这个社会已经变成这样了。但实际上，对道德、知识的推崇更重要。

不恭敬智者是很可怕的。柬埔寨这个国家本来有七百万人，但在 1975 年到 1979 年之间，红色高棉政府提议要杀掉所有的知识分子。现在已经在 24 个省市发现了“万人坑”，有上万人被埋在那里。如果我们遇到这种情况，真的很可怕。我们这个时代不是这样的，总体上来讲，对智者还是比较恭敬。但就藏地而言，不管是世间法、出世间法，对真正有道德、有知识的人是非常推崇、恭敬的。大家也应该这样，以后不管是老师还是同学，谁有道德、有知识，就应该恭敬谁，这是非常重要的。



第五条，礼待长辈。

我们对长辈要以礼相待，对老师、兄长等要尊重，这是一种文明的表现。有些时代中，人们不把长辈放在眼里，学生不尊重老师，孩子不尊重父母，这是特别可怕的。也许长辈的知识水平并不高，甚至是个文盲，但他的人生阅历、经验和智慧远远超过我们，如果能听他的话，在人生中会少走弯路。但现在很多年轻人，对此根本没有概念，对长辈不屑一顾，认为他是老糊涂，他讲的道理跟不上时代。这种想法是不合理的。

有些人对敬老爱幼的行为不懂。按理来讲，自己应该尊敬上司、领导、老师，但他们却目中无人、非常傲慢。结果上司不理你，甚至一句话就把你辞了，一旦到了这种时候，即使你非常痛苦，也无能为力。

现在很多人没有学怎么做人，学校里也并没有教接人待物、为人处世方面的理念。所以，我特别希望师范大学和老师能给学生在课内课外多讲一些做人的道理。很多孩子从小就玩电脑，一直玩到大学毕业，这在面对工作、家庭、生活时毫无用处，他们以后遇到逆境时，很可能只会吵架、痛哭，甚至选择自杀。现在这个时代，表面上看起来花花绿绿，好

像人们的生活水平有所提高，但实际上内心很烦恼、浮躁，大家都生活在一个非常痛苦的时代，所以我们需要学习礼待长辈这种行为。

第六条，利济乡邻。

帮助邻居也是很重要的。每一个与自己成为邻居、朋友、同事的人，都源于一定的缘分。但现在很多人与邻居的关系处不好，他们都住高楼，开门见到对方时十分提防，似乎担心对方偷偷溜进自己家。以前不是这样的，大家住在一起觉得很有缘分，邻里之间经常互相帮助，正如俗话所讲，“远亲不如近邻”。你家有人生病或者发生一些事，远方的亲人不一定来得及帮忙，即使乘飞机赶过来也要花一定时间，但如果你经常与人为善，自己需要帮助时，旁边的邻居就会来帮你。

以前有一个餐厅老板，他的餐厅周围有一群乞丐，其他人都对这些乞丐嗤之以鼻，他却经常帮助他们。有一次当地出现一场火灾，餐厅周围的房子都烧毁了，只有他的餐厅平安无事。为什么呢？因为所有乞丐都赶过来了，帮他把店里的东西都搬出来。这群乞丐在关键时刻保住了他的餐厅。

所以，国王松赞干布说得很有道理。现在很多社会问题，

其实都是人际关系问题，而这些问题早在一千三百多年前就已经被讲得很透彻了，大家应该看看。帮助邻居非常有必要，大家不要特别冷漠。现在的社会，人与人之间不但没有信任，甚至互相排斥，这不一定是好事。

第七条，直言谨慎。

我们说话不要转弯抹角。现在很多人爱挑拨离间，搞得很多人不敢听别人的话，听了以后会猜疑。现在有一种口头禅，当别人说完一件事时，就被反问一句："真的还是假的？"不知道台湾这边会不会这样。

所以，我们的言语要正直。该说的话就直接说，没有必要再让别人再多问一句。

《亲友书》里说，我们要分析真实语、甜蜜语和颠倒语[6]。其次，说话的时候要谨慎。藏族有句俗话："说一句话都要看在场所有人的脸。"所以，说话要有一种技巧，不要说一句就得罪了别人。我们平时也经常说"病从口入，祸从口出"。很多人不懂说话要分场合。比如十个人在一起用餐，有人明明

[6] 《亲友书》云：佛说语言有三种，称心真实颠倒说，犹如蜂蜜鲜花粪，唯一当弃最末者。

知道有些话说出来，起码会得罪在座的大部分人，但他觉得自己很直，不管不顾就说出来了，结果大家表情立刻都变了，本来是要享用美味的，一句话就让大家失去了胃口。所以说话要谨慎，这也是这个时代非常重要的。

第八条，厚待亲友，情谊深长。

人们与亲朋好友的关系时好时坏，今天关系还很好，第二天就急转直下，心变得特别特别快。不要说亲朋好友，即使夫妻之间，也可能今天结婚，明天就离婚。前一段时间，新闻上有报道说，有一对夫妻，婚后第三天就离婚了。现在人与人之间的关系，已经变成了这样。

其实我们要意识到，不管是家人也好，朋友也好，任何关系都有一定的缘分，不论是师徒关系、同事关系、朋友关系，情谊深长是非常重要的。我的上师，法王如意宝也非常重视这一点。这次我来到台湾后，遇到了当年迎请法王的几位佛教徒，他们很多人现在还在学习佛法，这既是他们的一种信心，也是情谊深长的一种表现吧。

现在人与人之间的关系非常容易建立，两个人相识后，刚开始很热情，互相留电话、留名片，两个月或者两年以后，

关系就变得疏远冷淡了，删掉对方的电话号码，甚至拉到黑名单里，这样的情谊一点也不深长。松赞干布已经告诉我们，我们最好先不要轻易建立过多的人际关系，如果有的话，就珍惜这种缘分。没有特殊情况的话，不要今天热情似火，明日滴水成冰，情谊要深长。

第九条，追随高尚，高瞻远瞩。

很多人在生活中希求的仅仅是钱财、地位等，除此之外，没有更高的追求，比如艺术、哲学、宗教，更不会关心自己的来世。很多人目光短浅，没有远大的目标、想法，生活只求得过且过，只关注眼前这一辈子，别无他求。这是非常不合理的。

第十条，饮食有节，生财安分。

不论是吃饭，还是使用财物，都要节制节约。我听说台湾这边铺张浪费的情况也比较严重，有报道说，去年浪费的粮食，可供 26 万低收入者吃上 20 年。如果我们像现在这样浪费下去，不但会损失福德，而且也不合理。希望大家好好使用财物、食物，杜绝浪费。

第十一条，追溯旧恩，知恩善报。

现在很多人，对往昔于己有恩的人，既不知恩，也不报恩。其实，人不一定能在一生中报答所有的恩德，但是至少也应该知恩。哪怕你不能报答他的恩德，口头上也可以说："感谢你在我最困难、最痛苦的时候帮助过我！"说这么一句话，也会让对方心里温暖。

有些人比较含蓄、害羞，不好意思说感恩的话，总觉得即使不说，对方也应该知道。但事实上，你不说出来的话，对方是不会知道的，甚至还觉得你很奇怪，连句感谢都没有。

作为一个人，报答旧恩很重要，要感激他人所给予的帮助。比如说，不应该忘记自己小时候的老师，他对你有恩德的话，应该特意去探望一下。不用准备贵重的礼物，哪怕只是在路上摘的一朵花，也能表达你内心的感激之情，他一定会很高兴的。在藏文化中，我们特别提倡这种感恩心。

第十二条，及时还债，秤斗无欺。

这是一种商业文化、企业文化。世间有句话"好借好还，再借不难"，现在很多人喜欢借钱，但借过之后根本不还，最

后需要打官司解决。借钱不还，在佛教里叫“盗”，这种行为确实不好。

任何一个财物，借过之后要及时归还。很多年轻人不懂这个道理，往往是借完了就完了，即使有能力也不还。其实，如果你实在没有能力还，口头上也要跟对方讲：“我暂时有点困难，我正在努力，过一段时间一定会还给你！”你要给对方安慰，告诉他你会归还的，这一点既有必要也很重要。

此外，在交易过程当中，有很多缺斤少两的行为，任何交易要凭良心、凭诚信，这些都非常重要。

第十三条，戒除嫉妒。

在人类历史上，尤其是皇宫里发生的事，很多都是嫉妒心引发的。表面上看来，嫉妒只是一种心态，但实际上，在强烈嫉妒心的驱使下，人与人之间的关系会变得很可怕。嫉妒心强的时候，人很容易走不明智的路，做出的行为会让别人痛苦无比。所以，嫉妒心跟其他的烦恼不同，尤其是对某些女众，更是如此。

佛经中也讲到，男众心态稍微宽大一点，女众则很敏感，

而且分别念比较细，比较多，容易与家人、同事之间产生误解。男众当然也有烦恼，凡夫人都有，但比较而言，女众更强烈一些。我并不是对女众诽谤、不恭敬，密宗十四根本戒中明确不允许诽谤女众，不然会犯密乘根本戒。但说实在的，如果客观地判断，男女还是有一些差别，所以千万要小心，不然嫉妒心很容易生起。

第十四条，不听邪说，自持主见。

现在有各种各样的外道，并不是说佛教以外的都是外道，而是指不符合真理的所有宗派都叫外道。他们所说的内容，我们没有必要去听，不要人云亦云，应该有自己的主见。人没有主见的时候，做什么都随波逐流，一直跟着别人跑。尤其是一些佛教徒，一定要有自己的见解，秉持自己传承和上师的教言。

佛教徒应该认认真真地学习一段时间，不能随便听信别人的一些邪说。这些邪说的背后可能有着各种各样的目的。我在《破除邪说论》中，也讲过这些问题。现在这个社会，一些别有用心的人，会利用我们做出各种各样的行为。因此，一个佛教徒应该有自己的主见，一个知识分子也应该有自己的个性，否则一有风吹草动，内心就很容易改变，这不是一

种有智慧的行为。

所以，人要保持自己的正见。佛教特别强调正见和定解。没有这些的话，学佛是学不成的，因为你的信心和行为都不坚定，像是冰上建筑一样不稳固，今天跟这个人跑，明天又和另一个人跑。

法王如意宝接近圆寂时说过两句话："莫舍己道，勿扰他心。"这八个字非常重要。作为佛教徒，既不要随便舍弃自己的道，也不要扰乱别人的心。作为法王的弟子，我们把这句话当作一生的格言、人生的目标。在一生当中，任何一件事情如果已经开始做，就不要随便动摇。现在有些人，今天跟上师关系很好，但过两天听到别人说上师不好时，又随声附和，心态特别容易改变。这说明自己没有定解。如果你有定解，这些语言根本没用。比如说，我对释迦牟尼佛的教法有坚定不移的定解，那即使有人杀我，这种信心也不会改变，无论谁给我什么好处，我也不会动摇，因为我经过二十多年潜心学习，心中已经有了定解，这并不是被别人洗脑，也不是暂时产生的一种信心。

所以，不论是佛教徒，还是知识分子，都要有自己的主见和定解，不要天天跟在别人后面转来转去。

第十五条，温语寡言。

我们说话不能太多，俗话说“言多必失”，话说多了，就会有很多失误。此外，也不要口出不逊，说一些如利刃般的语言，否则会得罪很多人，甚至伤害很多人。原来有一个新闻说，有两个人，一个人问另一人是否喜欢自己，对方说不喜欢，她就寻短见自杀了。这个回答也许是出自真心，也许不是，但简单几个字就让一个人失去了生命，太不值得。所以我们说话一定要注意，有时候不能太粗暴。

佛陀讲，十善业里面，身不善业有三个，意不善业有三个，而语不善业有四个，妄语、两舌、恶口、绮语。由此看来，我们的语言很重要。因此，大家平时说话时，尽量少说一点比较好。

第十六条，担当重任，宽宏大量。

这是最后一条，劝诫我们应该担当重任，做一些有意义的事情。而且人要宽宏大量，不能对小事斤斤计较。现在人与人之间的很多争吵，家庭内部的争吵，乃至国家之间的战争，多是小事引起的。所以，特别希望大家能做一些对自己的民族、社会有利的事，承担重任，为人也要心胸开阔。

在我们藏地，很多人的心量都比较大，也比较忠厚，这可能是草原、蓝天这个宽广的环境带来的。人们并不会因为一个小小的事情，整天争来争去。我也希望大家能走入一个心地宽阔的世界，这样不但自己快乐，他人也会很快乐。

藏文化中最重要的是什么？一是要认识自己心的本性，另一个是要尽己所能地利益众人。这就是我们今天所寻找的这个文化的究竟意义。



台湾师范大学问答

『2013 年 11 月 27 日』

（一）问：我是一名国中老师，毕业于国北教育大学特教系。请问，我作为一个老师，在学生国中的三年学习中，带给学生的最重要的信念应该是什么？

答：老师肩上的负担特别沉重。从表面上看来，老师是一种职业，但这个职业所担负的是人们的未来，而且不仅仅只是一个人的未来。假如一位老师带两个班，那么会有近 100 个学生的未来都要依靠他。如果这位老师一直在学校里，那十几年、二十几年，他就像一个工厂，不停塑造新的学生。如果工厂的机器有问题，所生产出来的就是有问题的产品，如果老师非常好，那他所带出来的学生全都是“精品”。这是好老师与坏老师的差别。

老师这个职业与其他职业有很大差别。比如，医生这个职业很重要，但他每天利益的，只是少数人的身体，而老师

不同，他会影响一群一群学生的思想、行为。

你这个问题确实很好。作为老师一定要想到，学生最需要的到底是什么？老师应带给学生什么样的影响？作为一名老师，自己有一定的社会经验，要提前考虑学生需要什么才能在社会上生存。当然我们不可否认，知识是很重要，而且现在知识也是多元化的，什么都要学，否则将来会面临就业问题。但更重要的，要教会学生如何做人，不然，进入社会之后，他们的人际关系可能会处理得非常差。

古人有古人的德行，现代人有现代人的做法。老师带学生的过程中，哪怕是在课堂上讲一个故事，让学生在见解上、行为上不要太自私，在他们身上培养出利他心，他们将来一定会受益很大。如果人很自私，在任何场合都得不到别人认可。所以，我特别希望老师能培养学生为别人着想的品质，让学生们在自己的利益没有受太大损害的情况下，尽可能地帮助别人，这是非常重要的一种教育。

此外，作为老师一定要给学生传递慈悲的理念，否则，他们到了社会之后，可能非常痛苦。老师还要给学生传递如何面对折磨和困境的方法，让学生在不成功的时候，可以坦然面对，懂得心理疏导。倘若只给他们讲生活多美好、未来多快乐，等他们真的工作时却发现，这个世界并不像你讲的

那么幸福，那时候，他们面对一切可能会有很困难。

问：我所面对的都是一些比较特别的学生，有些可能是智力有问题，有些可能是情绪有问题，这些都是因果业力所导致的。对于这些本身就有障碍的小朋友，他们应该怎样看待自己的现况？

答：对于有情绪问题，或者有障碍的同学，我们应该要让他们学会坚强。在这个世界上，有很多特别痛苦的孩子，他们的案例可以运用到教学当中，让大家坚强起来。其实，我们学佛也要有坚强的力量，如果没有，不要说学佛，连做世间的事情也不会成功。

同样，这些孩子，每个人都有自己的情绪、痛苦、烦恼等。作为老师，一方面要制止他的毛病；另一方面，更重要的是，要让大家要相信，无论自己生理上、心理上有什么问题，这些都可以战胜。人遇到黑暗只是暂时的，黑暗的背后也会出现光明。在面对黑暗的时候，不能倒下去，一定要坚强，勇敢地去面对。遇到问题的时候，他们可能会迷茫、失落，但要寻找解决它的方法。人生并不是只有一条路，恰恰相反，人生四通八达，应该会有一条适合自己的路。老师应该向这些孩子传达积极向上的理念。

（二）**问**：我是国立台北教育大学，社会与区域发展所的研究生。现在是全球化的时代，大学毕业生要跟全世界的70亿人竞争，我们该如何增强自己的实力，在这个全球化的时代下生存?

答：与70亿人竞争似乎不现实，其实我们只是跟少数人竞争。你说得也对，现在越来越多的人，在各方面竞争比较激烈。不过，竞争也可以成为一种动力。

刚开始提倡“竞争”的时候，大家不是很适应，因为这与上个世纪的生活理念截然不同。在上个世纪，人们可以依靠自己的能力生存，而在现在的社会中，一定要有种凝聚力，在凝聚当中需要有合作，而合作中需要有智慧。如果没有智慧，就没办法合作，如此无法在现在的竞争中脱颖而出。因此，竞争不一定是件坏事。如果学习中没有竞争，成绩肯定不会很出色，而从小都在竞争的环境中成长、学习的人，成绩应该不错。

社会上的很多事情，都是在竞争，但在此过程中，也不能把目标定得太高，否则你可能会很累。毕竟人的欲望是没有止境的，达到了一个目标之后，又会设定下一个更高的目标。就像跳高运动员，一开始挑战比较低的高度，成功之后，

心里不满足，然后去挑战更高的高度。但是，再次挑战时很可能会失败。

所以，我们应该用智慧去看待人生的竞争。对于力所能及的人生目标，应该去做，不论与多少人竞争也是可以的。

（三）**问**：我是美国哥伦比亚大学毕业的，目前在台湾经营大学升研究所的补习班。我发现很多同学把自己的目标定得很高，但是又不愿意努力。该念书的时候不念书，经常翘课，但心里还是很想找到很好的工作、考到很好的学校，一旦达不到目标又很痛苦，眼高手低。我让他们回家多念经回向，他们也不一定听。请问，我们要怎么样去鼓励这些同学呢？

答：这的确是一个普遍现象。现在很多人，包括大学毕业生，找工作的时候，目标定得很高，薪水要得很高，但又不愿意付出很多。这样的话，目标跟现实会有一定的距离。可能有些人眼高手低，不知道自己的智慧、能力能值多少，因此，我们要衡量一下自己。

哥伦比亚大学、哈佛大学这些院校的学习风气非常好，

学生们非常努力。台湾的情况我不是很清楚，但内地有很多大学生，读书期间基本上一直在玩，天天都看电影、上网聊天。他们上大学特别放松，接近毕业才开始着急，要找工作，十分忙碌。但由于在大学里一直玩，没有很好地积累知识，因此，毕业时也只能白白着急。

这种时候，念经、做佛事可能也起不到作用。为什么呢？因为人不论做什么事，结果如何，要靠往昔的积累。诸佛菩萨的加持，也是在合理的情况下才起作用。比如，你非常诚恳地祈祷观音菩萨，希望干旱的沙漠突然变成绿洲，但因缘不具足的话，观音菩萨也无能为力。

所以，学生时代一定要勤奋好学。听说台湾这边比较喜欢读书，不论白天还是晚上，在书店里的人特别多。而内地有些人就不喜欢学习，只希望短时间内赚大钱，个人不需要努力，眨眼间就买房买车，什么都要样样具足。但这能不能实现呢？不好说。

因此，我们要了知自己的能力、智慧、水平。就好比一个跳高运动员，能跳多高取决于自己的能力，如果去挑战超出能力的高度，恐怕不太现实，很难成功。

对每一个学生来说，现在努力学习很重要，否则，浪费人生太没有意义。很多人不爱学习，这种态度我不赞同。如果不爱学习还特别贪婪，要求很多、很高，这样会很痛苦，因为一直赶不上目标，也赶不上目标的增长速度，自然就会出现“压力山大”。

（四）**问**：我是东吴大学法律系的学生，以后会从事法律相关的工作。那法律方面的工作，比如诉讼，会不会跟利他精神相违背呢？如果是，有什么解决方法？

答：其实，法律也是一种戒律。当然，每个国家、地区、民族所制定的法律法规都不同，有些非常如法，有些则不太如法。如果法律符合因果法则，那它很公正合理。在这种前提下，一个人犯了错误之后，不论对他诉讼也好、判刑也好，都不是伤害众生。

在佛教中，除了死刑，对一般的判刑也是开许的，这在相关的人规教言中，都有明示——杀人有杀人的惩罚，偷盗有偷盗的惩罚。所以我认为，在非常公正的原则下执法，并不会有什么过失。但如果不是很如法，只凭自己的主观去作决断，恐怕在因果面前很难过得了关。

所以，你首先要懂得佛教的教义，同时要知道各个地方的法律法规，要把这两者结合起来。



（五）**问**：我一直在效仿堪布您，尝试着去做众生的仆人，利益众生，我感觉很快乐。我先生家是个大家族，但我用尽各种善巧方便，却连他们家的一个人都没有办法度。我公公婆婆都八十多岁了，他们连阿弥陀佛四个字都不愿意念，我该怎么做？

答：每个人的因缘都不同。对佛法学习也好、修行也好，

不能强迫，要随缘。但在随缘当中，如果他们连阿弥陀佛几个字都不念，你可以在方便的时候，在他们耳边念这四个字来加持他们。

（六）问：我是台湾师大国文系的研究生，我也在当老师，通常是教大一新生。我觉得大一的学生进入大学后，刚好挣脱了高中升大学的压力，内心很空虚。他们没有方向，不知道自己要做什么，学习不上心，甚至连作业也不愿意交。请问，老师怎么做才能让学生的心不那么空虚，该怎么去引导他们？

答：这种现象在很多大学里都存在，作为一个负责任的老师，有两种方法可以帮助这些学生。

第一种方法，在大学的课程中，专门设立心理疏导方面的课程。你可以把自己所了知的学生各方面情绪问题收集起来，然后在课堂上针对这些进行剖析，并指导学生解决问题。这种方法效果不错。

有些学生不爱学习，刚被大学录取时，觉得很光荣，但是进入大学之后，却发现事情并不是他想象的那样，然后一

边拿着家里不断寄来的学费，另一方面却不好好学习。针对这种情况，班级中应该专门开展一些道德教育方面的课程。作为老师，要长年累月不断地给他们讲，我相信哪怕一个学期当中，只开设七八堂课，这也会转变他们的心。

第二种方法，老师应该与这些烦恼比较重、有特殊问题的学生单独谈话。因为老师总是面对着一个集体，如果只是在课堂上跟学生交流，效果不一定很好，因为很多学生对于在公共场合所听到的语言并不是很重视。但是，如果老师特意去找他谈心，讲他存在的问题，他现在应该做什么，或者让他把自己的烦恼和痛苦都向老师哭诉，这样就为他创造一个新的平台，他心里也会有一种安慰感，“老师对我这么重视，我作为他的学生，一定不能辜负老师的希望。”在这种情况下，他的心态会有转变的。

我认识的有些老师，他们每天都专门安排一些时间，与自己班里的个别学生谈话，可能每次只有半个小时、一个小时，但他们会一个一个地全部谈完，过一段时间又再谈一次。而且他们会要求学生在一个月当中要完成某些特定的内容。这就好像是给别人钱一样，如果集中地给每个人一百块钱，那大家可能不会很重视，但如果是悄悄给对方一百块钱，他就会觉得这一百块是很特殊的，会更加重视。所以，当众赐

予跟单独赐予有一定的差别。

我觉得通过这两种途径，每个学生的问题应该能多多少少解决一些。

（七）问：传说中密宗是一种很神秘的修法，那刚接触的人，要用什么样的心态和方式来修呢?

答：密宗不是传说的一种修法，而是现实中的一种修法。很多人不懂密宗，认为密宗是独立存在于显宗之外的，是藏传佛教、是喇嘛教，有着各种言论和说法。实际上，这是因为他们确实不了解。

有些人认为藏传佛教就是密宗，这种想法不对。其实，藏传佛教里不但有密宗，也有显宗。在藏地，密宗和显宗是每个教派都在修的，显密是融合的。现在很多人把密宗和显宗完全分开，这说明对释迦牟尼佛的教法不了解。你们看看《大藏经》里，释迦牟尼佛亲口讲的密法有多少？在汉传佛教当中有多少？南传佛教中密宗的咒语、仪轨又有多少？这些大家都应该清楚。

假如你认为密宗不是佛教，这说明自己对佛教的认识还要提升。试问，你承不承认释迦牟尼佛？如果承认，那是否承认释迦牟尼佛的教法？如果承认，那是否承认《大藏经》？如果承认，那里面大量的唐密内容你是否承认？这样分析下来，很多疑惑都会迎刃而解。

现在佛教徒的智慧需要全面提升，不然容易人云亦云，不但法修不成，还造很多恶业。坦白讲，台湾很多人虽然信仰佛教，但了解的程度不够深，尤其是年轻学者和知识分子，对于包括五部大论在内的显宗理论不太熟悉。如果是这样，不要说密宗，连显宗也很难真正通达。在藏地，完整学习五部大论需要十到二十年的时间，有时候甚至更长。所以，如果你想要谈论佛法，想评论密宗和显宗，首先必须要真正去学习，只有在了解的情况下，才会有正确的评论，否则会陷入自己的另一种“智慧”中。

科学与佛教的慧晤

——索达吉堪布 2016 在泰国

嘉宾：潘宗光教授　索达吉堪布

主持人：梁永斌

地点：泰国・清迈　第六届世界青年佛学研讨会

时间：2016.7.12



嘉宾身份

潘宗光教授：科学家，曾两度获得诺贝尔化学奖提名。他的《心经与生活智慧》《心经与现代管理》《感恩这一课》《佛教与人生》《佛教与科学》等著作，以科学家和教育家的视野，引发了许多中国人，尤其是中青年知识分子对佛教智慧的关注。

索达吉堪布：佛教大德。除了在喇荣五明佛学院传授纯正的佛法，尤为关注现代人的痛苦，一直致力于让佛法在现代社会扎根，让更多人的内心深处长养佛法智慧，解决身心的种种痛苦。2014 年，索达吉堪布被《人物》杂志评为“中国年度宗教面孔”。

当出家人遇上科学家

主持人：我听过这样一个说法：没有宗教的科学，像瘸子；没有科学的宗教，像瞎子。也就是说，这两者没有了对方，都是不完整的。两位怎样看待这个问题？

潘教授：这句话是爱因斯坦说的。他说可以有“科学”

和“宗教”两个范畴。科学讲“是什么”，宗教讲“应该是什么”。科学用理论、实验来体证事物在时空变化中的规律；宗教提倡人应该怎样生活才是道德的方向。

表面看来，两者好像没有关系，但其实不是这样。

用“佛教”这个宗教来体会的话，我们知道，佛教是佛陀证悟了整个宇宙的真理，明白宇宙当中有一个自然规律，叫“因果规律”。同时，这个自然规律很重要，是公平、平等、慈悲的。人类有烦恼，是因为经常做违背自然规律的事。

譬如空气污染，就是人类不断制造大量的二氧化碳、砍伐森林等导致的。讲环保，就是回归自然；回归自然，就没有了这个烦恼。

所以，佛教本身既是科学，明白整个宇宙的规律；也是宗教，教导我们做人和修行。从修身养性、回归自然直到身心的安乐自在。

总之，佛教是科学跟宗教的融合。没有科学，就没有整个佛教的发展；没有修行，就没有完善的成果。

主持人：潘教授认为两者的关系相辅相成。堪布您怎么

看？

堪布：我的看法也一样。佛教或者任何一种宗教，都需要客观理性的智慧去观察。缺少这个，信仰它就会像瞎子一样盲目，对人类社会不一定有价值。宗教要经得起科学观察，否则很难有好的发展。

而科学，也需要宗教的理念。如果没有对人类和平、对生命负责的正确态度，科学很可能给人类造成危害。就像原子弹，一旦落入没有慈悲的人手里，整个世界将面临危险。

所以，佛教中讲智慧与慈悲。科学家需要慈悲，否则很危险；宗教徒需要智慧，否则有可能变成迷信。

佛教算是一种心灵科学吗？

主持人：可不可这样理解，佛教是一种心灵的科学？

堪布：可以这么说。不过，在究竟意义上，佛教的《心经》中讲“无眼耳鼻舌身意”——六识所包括的一切法都不存在，因此，所谓的“心灵”也被超越了。

虽然从某种层面上说，佛教是一种心灵的“科学”。但科学至今最多只能观察到前六识（眼耳鼻舌身意），至于第七识、第八识，用目前的观察方法，恐怕有一定的困难。

这种超越的认识，可能需要通过宗教来实现。



潘教授：佛教研究的范畴非常广大，它包括了心灵的方面。在西方，人们就透过因果规律来了解、完善我们的心灵。

今天科学对心灵的深入研究，尤其从量子力学方面的体会是，人的意识形态会干扰周边的环境，影响这个世界，它

是认知最重要的源头，也是影响认知的最重要元素。而透过修行，能够建立更加清净、自在的意识，达成圆满的心灵修养。

很多科学家也认为，宗教心灵是影响他们的最重要元素。

比如爱因斯坦，他曾说自己对科学的研究，主要源于对宗教的情感。他的每一个科研成果，如果跟心灵吻合，就会获得内心的超强震动，由此带来很多的安乐自在。

所以，心灵是非常重要的元素，对它的深入了解，离不开我们的意识形态；而我们的意识形态，正是产生认知最重要的元素。相互有这样的关系。

佛教需要科学来证明吗?

主持人：科学已经有很多的研究成果，帮助社会认识佛教不是迷信。是否佛教都可以用科学来解释?

潘教授：这是两个问题。

因为去年底，中央电视台有一个佛教研讨会，题目是“佛

教与科学”，所以最近半年，国内很多地方都对这个话题产生了很大兴趣。我在不同场合演讲过多次，这次也带了本书过来，是我写的《佛教与科学》，送给大家结缘。

所以，最新的科学，尤其在物理学跟天文学中，包括爱因斯坦的相对论、量子力学、弦论、意识形态影响周围环境等，一连串的理论都让我们发现，整个宇宙的自然规律跟佛陀讲的，没有任何冲突，反而非常吻合，尤其是空、无常、无我、一切唯心造等。

但也不能说，需要科学来证明佛陀的正确。因为佛陀对整个宇宙的认识非常深，比科学发展的程度更高。现在的科学只能证明佛陀讲的部分是对的，而不能证明佛陀讲的所有。

就像非常著名的物理学家、原中国科技大学校长朱清时教授讲过的一句话："科学家千辛万苦爬到山顶时，佛学大师已经在此等候多时了。"佛陀对整个科学的了解，远远超过现在科学的体会。所以，不能说用科学来证明佛陀对还是不对，只能说，现在科学讲的跟佛陀非常吻合。

另一个问题是，科学不是用来证明佛陀是否迷信的。

迷信对我来讲，是一种个人心态，跟意识的对错不是一

回事。

思想家庄子讲过一句非常有名的话，来教导我们：“吾生也有涯而知也无涯，以有涯随无涯，殆矣！“

现在科学的发展非常快，多姿多彩，但不等于是万能。很多人希望用科学证明佛教不迷信，但深一点讲，如果科学家自身就存在迷信，谁又能证明他们不迷信呢？

举个例子，著名的科学家牛顿，就非常迷信炼金术，他希望能通过某个实验来改变物质，炼金。

爱因斯坦也有高级迷信，迷信什么呢？他认为科学的真理不受“人”的干扰，科学跟“人”是分割的。所以他不接受量子力学，因为量子力学非常强调人的意识形态跟宇宙不能分开。

但现在已经证明，量子力学是正确的。假如没有它，就没有电子科技的发展。

爱因斯坦也好，牛顿也好，他们各有各的“迷信”。所以，不要说谁迷信谁不迷信，每个人都迷信，只是程度不同，连最聪明的爱因斯坦也不例外。

迷信，是每个人内心的一种态度，而不是科学发展到某个阶段才发现的问题。

主持人：堪布仁波切怎么看，佛教是否依赖科学的解释?

堪布：佛学的有些道理依靠科学来解释，也很好。因为全世界大多数人都相信科学，对佛教或其他宗教就不一定了，而如果用一些科学方法来检验、证实，许多人就会觉得，原来佛教与科学可以吻合。

我不会因为自己是佛教徒，就特意夸大佛教的观点。虽然研究佛学三十多年，但我对科学也特别感兴趣，包括量子力学、心理学以及天文地理等学科，还有一些现代高科技。不过，在学习、对比、研究和分析的过程中，不难看出，两千五百多年前的佛学中，的确有很多今天的科学发现。

我跟原中国科技大学的朱清时教授，有过一次面对面的访谈。我说，你做了这么多年的科技大学校长，为什么要说“当科学家千辛万苦爬到山顶时，佛学大师已经等候多时了”？是有其他用意，还是真正被佛陀的某个理论吸引?

他发自内心地告诉我说，通过禅修，通过在善知识面前听受《瑜伽师地论》等佛法，他发现很多道理原来佛陀早已

说过，只是被后来的科学家在不断印证。

这样对比才能发现，佛教这个宗教，有这么殊胜的一面。

最客观的是你的震惊

主持人：我记得杨振宁先生说过，一个科学家做研究工作的时候，当他发现一些非常奇妙的自然界的现象，会有一种触及灵魂的震动。这个时候的感觉，是和最真诚的宗教信仰很接近的。那么校长先生，您对此怎么理解?

潘教授：最真诚的宗教信仰，我个人认为是发自内心深处的情感，以此作为原动力推动我们的修行。全心全意希望透过修行证悟整个宇宙的规律、心灵的因果规律，这才是真诚的佛教。

主持人：堪布仁波切怎么看这个问题?

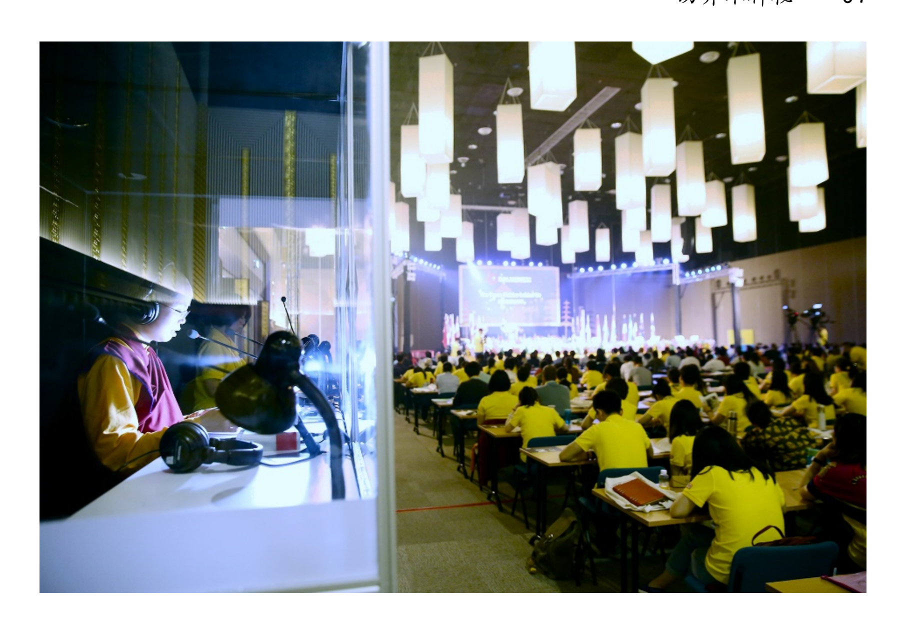
堪布：杨振宁既是一个佛教徒也是一个科学家。我认为信仰有正信和迷信两种。所谓的正信是，所相信的对境符合客观事实和客观规律。这也是科学的标准。当科学家发现类似佛教里面的空性见解时，他们会很震惊。

比如丹麦科学家波尔，1922 年获得了诺贝尔物理学奖，他去世的时候是 1962 年，正是我来到这个世界的那一年。他曾经说，一个人对量子物理学如果没有感到震惊，他就没有懂得量子物理学。我认为这与发现佛教的空性是一个道理。

佛教当中讲，一切万法在究竟意义上连一个微尘许都不存在，一切都是空性的；而按照物理学的观点来抉择时，最后这个世界连一个“弦”或“场”也是不存在的。这是真正通达量子物理学的最究竟学说。爱因斯坦也说过，时间和空间都是错觉。所以，一旦抵达事物的实相时，会觉得非常震惊。

这两种说法跟佛教的中观思想很相像。按照龙猛菩萨的观点，你通过智慧来观察万物的时候，会发现一切都是如梦如幻的，观察到最后，所有法都不存在，这时，你会感到非常稀有。我觉得这两个观点不谋而合。

因此，所谓最真诚的信心，应该是懂得了一切万法究竟实相时的那种心，与科学家发现真相时的震惊很相似。而宗教当中的有些道理，完全吻合事物的本质，这与科学也是相同的。



沉默的大多数

主持人：在国外有很多高校，科学家不能公开自己的宗教信仰，担心影响科研的客观性。科学家到底需不需要宗教信仰?

潘教授：这是两个不同的问题。

第一个问题是，这种情况主要发生在西方国家。中世纪时，教廷对科学有很大的打压，因为担心科学在挑战他们。

他们的宗教信仰认为，“主”是创造一切、主宰一切的神，而科学家不相信这一套，所以从中世纪以来就打压科学家，尤其是物理学家、天文学家。譬如布鲁诺，大家都知道他是被烧死的。这到后来才慢慢有所改变。

最近这一百多年，对科学的打压，已经从物理学转向生物学。譬如美国的某些州曾经立法，不允许教导进化论。教廷对科学界的打压，导致科学界的反弹。很多科学家批评宗教，只是因为他们受到宗教的打压。

第二个问题是，科学没有宗教是瘸子，宗教没有科学是瞎子，两者不能分开。科学家没有宗教信仰，可能变得自大，认为科学可以解决一切问题；做科学研究时，也没有顾及科学效果带来的负面影响，比如做杀伤性非常大的武器的科学研究，做一些对人类有很大破坏性的科学研究。这些科学家可能没有好的宗教信仰。至于好的宗教信仰，像佛教，它不但有智慧更有慈悲，有了慈悲心，就不会做这些杀伤性的科学研究。

所以我觉得，科学家应该有宗教信仰，这才能让他们做的科研有宗教、道德的规范。

主持人：就是说，在课题确立之初要有正确的判断，到底这个科研是否值得进行，对人类是否有伤害。好，堪布仁波切。

堪布：科学家到底需不需要宗教信仰？这要看他从事研究的领域，有些可能需要，有些不一定。

我看过中国政协的一份报纸，说获得诺贝尔奖的科学家，从1901年到1997年——将近一个世纪当中，大概有六百多个，其中约96%有宗教信仰，只有很少一部分人没有。美国也有过统计，六十多个科学家当中，只有二十一个没有宗教信仰。

单单从研究课题的客观性来讲，可能没有信仰也好一点。我去过一些西方国家，他们会很敏感地问你，“信仰哪一个宗教？有没有信仰偏向？”有一次，我在一个学校参加研讨，不小心问到某个教授的信仰，他很不高兴，说这是隐私。不过，作为科学家，毕竟也是一个“人”，最终有信仰可能会很好。因为通过宗教能解决人类生老病死的很多痛苦，以及内心当中的很多烦恼。

没有任何信仰的科学家，也许会排斥跟宗教有关的一切，

那在他研究的领域中，可能就会缺少一部分。因为科学不单单只研究物质，还需要研究情感、内心等更深层的问题。这些问题更麻烦。科学家要想研究它，需要一些宗教信仰或对宗教的领悟。

人工智能的能与不能

主持人：现在我们看到很多人工智能的出现，包括谷歌的 AlphaGo、北京龙泉寺的机器僧贤二。那么科学应该沿着什么方向前进，才能让人类拥有更多的幸福感?

堪布：所谓的人机大战、贤二这些人工智能，无论如何强调机器的智慧，但实际上还需要很多团队、专家，把他们的智慧全部积聚在数据中。比如把有可能遇到的问题全部汇集成一些规则；而没有想到的问题，就用另一种方式转弯，像贤二有时会回答“我要问师父”或者“我现在累了”，因为它在数据库里找不到答案。一部分就像硬盘存储，是当时数据库里已有的；还有一部分就像无线传播，把云端的知识吸收过来，然后进行回答。



有些人担心，科技太发达会不会影响我们的生活？包括今年 4 月 5 号，中国科技大学发明了一个美女机器人，它可以微笑，有简单的对话和动作。它们将来的发展方向，应该是更加智慧地给人类提供服务。但这些发明都只是将人的智慧积聚，通过数据进行的处理。

我自己可能更注重内心的发现。即不依靠任何外在的力量，就算所有条件都没有，也可以依靠内在的超越力量，认识自己的心。由此得到的幸福，也许更可靠、更完美、更永恒。

主持人：潘教授您怎么看?

潘教授：我从另外的角度讲吧，看看电脑人工智能跟人脑的区别在哪里。

我觉得修佛，主要是希望提升内在的能量。透过深入地影响、提升自己的认知，自我改善，从而达到内心的安乐、自在、平静。所以佛教的智慧是人性的；相对来看，电脑的人工智能是人工的，不是人性的。科学家用他的智慧制造出电脑、人工智能，所以人工智能的智能，很难超越科学家的智能。同时，很多更重要的事是人工智能不能的，譬如完善自己。因为自我完善属于人性，而电脑不能自我完善。一部电脑可以设计出一部比自己更好的电脑吗? 是不可以的，但人可以。

最近二十年有个新的理论叫生物中心主义(Biocentrism)。提出这个理论的是一个非常出名的科学家，他是全球干细胞(stem cell)领域的权威，叫罗伯特・兰札(Robert Lanza)，美国人。他透过研究发现，人的意识形态是创造和影响整个世界最中心的地方，人的意识形态跟外界不能分开，强大的意识形态可以改变甚至创造出一个新的世界。所以，你的世界跟我的世界不一样，你体会的世界也跟我不一样，我们很难互

相明白，我的世界是我的世界，你的世界是你的世界，我的标准和你不同。所以人的进步，只有透过意识形态认知周边的环境，改善自己，才可能实现。

但你看这部电脑，它对环境的认知取决于设计它的人，它不能跳出自己的环境来运作，更不能独立于自然环境，跟自然环境产生互动和回应。科学家说，没有互动的功能，没有对外面环境适应的能力，就没有改善和发展的空间。电脑就缺乏这个功能。

所以从这个角度，我相信人工智能不能超越人脑。人才是世界的主人。

主持人：今天我们讨论了两个概念，一个是宗教，一个是科学。其实无论宗教还是科学，都是让我们更好地认识自我、认识世界。

堪布仁波切有句话讲得很好："向外走，你会做梦，向内走，你会觉悟。"

潘教授也有一句对人生的感悟："一个人表面风光之下没有内在的安乐最是危险，安顿自己的心最为重要。"

希望通过这一次的交流和探讨，大家都可以拥有觉悟和安乐的人生。

现场互动

提问：十二缘起法则，有着非同寻常的世出世间的意义。无明缘行、行缘识……一直到生、老死，然后是下一轮的无明。无明到底从什么时候开始？常听佛教中说“无始以来”，但怎么会无始呢？总该有一个开始吧？

堪布：按照显宗的观点，每一个众生有无始以来的无明。所谓的“无始”，是因为时间非常久远，所以无法指定一个开始的时候。不仅仅是“无明”，在这个世界上，还有很多找不到开头的事物。实际上，心识更是如此，每一个众生的迷惑本身就是开始。

按照密宗的有些观点讲，就像虚空当中的云突然出现一样，在显现外境的时候，对事物的本质或实相不能如实了知，就起现了无明。但是，正如天空的本性中不可能有云存在，心的本性上，无明也是不存在的。

提问：我经常和青少年在一起，做戏剧教育和治疗。这个过程中，有可能和孩子们一起哭一起笑，经历许多激烈甚至黑暗的情感。这样的工作性质，是否离戒定慧非常远？如何能把世间的工作和佛法的修行结合起来？

堪布：跟孩子们一起笑一起哭，这一切的行住坐卧，其实跟佛学的修行可以连在一起，不需要脱离。

你可以一边念咒语，一边观众生的痛苦，一边帮助别人。通过智慧让别人的无明渐渐消除，这本身就是佛教的教育。

很多年轻人不一定要到深山老林去修行，也不一定要披着袈裟剃着光头到寺院里去。佛教的戒定慧，在每时每刻，在任何喧嚣的都市中，都可以行持，都可以修行。

提问：亚里士多德把物理学和形而上学结合得很紧密。但是，现在的一些物理教学中，只教物理，不讨论哲学或者形而上学。不知道潘教授如何看待这种教学理念？



潘教授：这是个非常复杂的问题。先举个例子，医科。早期医科是整个人体的医科，没有分科，但是后来发展得越来越精密，对每个器官都有很长时间的研究，才明白肺、肾等各个部位的功能和情况，慢慢就有了分工，有了专门处理肝脏、肾脏等问题的分科。这说明什么呢？随着科技的发展、时间的发展、社会的发展，情况越来越复杂，很难用一个整体的理论说明一切事情，所以要分工，专门管理。

我不是说物理不应该跟哲学一起研究，但我明白，现在物理学的发展很快，很复杂。所以要看教物理学的老师怎么看。假如他将物理学作为一个学问来教，没有问题。但在教

课的过程中也要让同学们明白，科学只是人生的一个重要部分，而不是全部。希望在课程当中灌输一些中国传统的智慧、文化，将物理学的发展方向跟中国传统文化融合，给学生一个更全面的了解。当然，主要时间还是花在物理的专科方面比较好。